FRATELLI INGEGNOLI

1801

600 Modi
di cucinare
gli Ortaggi

MILANO - Corso Loreto, 54
1902.

DIRITTI RISERVATI A NORMA DI LEGGE

MILANO - TIPOGRAFIA MARCOLLI E TURATI
Corso Garibaldi, 20.

Dei modi di cucinare gli ortaggi

Solo dal titolo si comprenderà facilmente che il nostro trattato abbraccia su vasta scala la cucinatura degli Ortaggi più di ogni altro commestibile, e quindi si può dire che questa è opera affatto nuova, tale insomma da promuovere l'interessamento di tutti coloro che si dedicano all'arte della cucina.

Apprestare piatti gustosissimi ed insieme sostanziosi, solamente cogli ortaggi, non sembra vero, eppure, leggendo attentamente i diversi articoli che andremo mano mano svolgendo, ci si potrà persuadere che l'orto ha una parte ben importante nella cucina, tanto da superare di gran lunga quella che possono offrire le carni in genere, il pollame, la selvaggina.

Nulla infatti è più previdente ed economico quanto il fare una buona provvista di ortaggi, i quali si possono conservare tanto freschi che secchi, qualora però vi sia un locale adatto alla loro custodia.

Un luogo appartato, fresco, ecco la custodia — qualora non sia umida — per le carote, i navoni, i cavoli, la scorzonera, i sedani, i porri, collocati tutti su fresca sabbia. Badisi che nella dispensa non abbia a penetrare il freddo, e allora si avrà per tutta l'invernata una scorta di ortaggi, che, acquistati a buon prezzo all'epoca del raccolto, offrono

alla cucina i migliori e utili condimenti tanto per le minestre che per le carni.

Le patate poi si possono conservare ben più a lungo di tutte le altre verdure, tenendo il seguente processo:

Le patate destinate alla corservazione della tavola si metteranno in forno caldo per qualche minuto, quel poco che basti per atrofizzare, come suol dirsi, gli occhi o germi di cui abbondano i tuberi. Allorquando si ritirano dal forno, le patate si troveranno come appassite e lievemente aggrinzate; ebbene, non c'è da preoccuparsene, perchè poche ore di soggiorno nella cantina bastano per ridonar loro la primiera apparenza. Esse hanno solamente perduto la facoltà di germinare, ma non mai quella d'offrire la loro utilità grandissima nell'arte della cucina. Se si hanno legumi secchi, come Piselli, Fave, Lenticchie, Fagioli, sarebbe bene lasciarli nelle loro buccie, ma non potendoli avere così, allora si possono mettere anche in cucina entro sacchetti di carta. Acquistando fagiuoli, si dia sempre la preferenza alle qualità bianche o rosse, perchè più utili alla cucina.

Torniamo quindi ad assicurare la nostra lettrice che in questo trattato di gastronomia domestica, speciale per gli ortaggi, troverà un'abbondanza di prescrizioni e di indicazioni, frutto di famigliari esperienze. In tutte le ricette troverà novità ed agevolezza di esecuzione e quanto potrà soddisfare il gusto anche più delicato.

INDICE

Aceto di cipolle 62
Acetosa 13
» conservazione 14
» in purée 14
» in zuppa 14
» in zuppa di magro . . 14
Agarico Cesareo 86
Aglio 15
» essenza 16
» in salsa 16
» in salsa alla provenzale 16
» in soffritto 16
Aragoste in insalata 99
Armoracio 184
Asparagi 17
» alla crema 18
» all'olandese 18
» a mo' di piselli 19
» conservati 17
» in insalata 19
» in stufato 19
» punte colle uova . . . 19
» punte fritte 19
» scaloppi 20
» teste alla reale 20
» zuppa 20
» zuppa con punte . . . 19
Atreplice 21
Barbabietole 21
» alla crema 23
» bollite 22
» coste al burro 24
» fritte 23
» frittura 23
» in salsa piccante . . . 23
» sugo al manzo brasato 22
Barba di becco — Scorzo bianca 24
Basella bianca 208
Basilico 24
Bieta da costole 25
Borragine 26
Broccoli 50
» alla crema 50
» alla pastina 50
» alla salsa 51
» in minestra 51
» in insalata 51
» in salsa bianca 51
Capperi 26
» in salsa cotta 26
» in salsa cruda 27
» in salsa alla genovese 27
Carciofi 27
» a vapore 30
» alla francese 30
» alla giardiniera 29
» alla graticola 29
» all'italiana 30
» alla lionese 29
» alla Lucullo 33
» alla milanese 30
» alla portoghese 32
» alla spagnuola 29
» alla Villeroy 32
» conservati 28
» cotti al forno 31
» fritti 31
» in crema 33
» in insalata 32
» in zuppa 31
» ripieni 31

Cardi 33
» alla milanese 34
» alla salsa 34
» in salsa bianca 34
» trippati 35
Carote 35
» alla béchamel 35
» all'aceto 36
» alla casalinga 36
» alla maître d'hôtel . . 38
» alla salsiccia 36
» alla tedesca 38
» allo zucchero 37
» giulebbate 37
» in charlotte 37
» in marmellata 38
» poddingo 38
» in purée 38
» in salsa 39
» in stufato 37
» in torta 39
» in zuppa 39
Cavoli 40
» all'inglese 46
» al lardo 46
» brasati 47
» cappucci alla crema . 41
» alla selvaggina 47
» di Bruxelles al limone 41
» di Bruxelles alla crema 41
» di Bruxelles coi marroni 47
» di Bruxelles in purée . 47
» di Bruxelles sautés . . 41
» fritti 42
» in crauti alla casalinga 49
» in frittura colle patate 46
» in insalata 46
» in pane 46
» in salsa piccante . . . 43
» in scaloppine 49
» in stufato 43
» in verzata 45
» in zuppa 49
» marino al burro . . . 42
» pasticciato 43
» ripieno all'Americana 42
» rosso alla fiamminga . 44
» rosso alla tedesca . . 44
Cavoli salati 48
Cavoli-broccoli 50
» » alla crema 50
» » alla pastina 50
» » alla salsa 51
» » in insalata 51
» » in minestra 51
» » in salsa bianca . . 51
Cavoli-fiori 52
» » alla crema 52
» » alla piemontese . . 54
» » alla salsa 53
» » alla salsa olandese 54
» » al forno 53
» » in frittura 54
» » in insalata 54
» » in minestra 54
» » in stufato 53
Cavoli-verze alla cappuccina 44
» » in concia 44
» » ripieni 44
Ceci 55
» in purée 55
Cerfoglio 56
» fritto 56
» in minestra 56
Cicoria o Radicchio 57
» alla crema 58
» conservata 58
» in insalata 58
Cipolle 59
» (aceto di) 62
» al forno 60
» all'inglese 65
» alla provenzale 65
» alla Soubise 64
» al sugo con manzo . 62
» conservate 64
» glacées 60
» in frittura 64
» in insalata 61
» in purée 63
» in salsa 63
» in soffritto 63
» in stufato 61
» in torta 61
» in zuppa 61
» per guernizione 64

Cipolle ripiene 60
Citriuoli 65
» alla comasca 66
» alla crema 66
» alla panna 66
» alla « poulette » 68
» a mo' d'olive 69
» conservati 66
» fritti 69
» in insalata 67
» in insalata con pomidori 68
» in salsa 68
» in istufato 67
» ripieni 67
» ripieni in zuppa . . . 69
Cornetti 80
» al burro 80
» alla crema 80
» allo zabaglione 80
» con salsa 81
» in insalata 81
» trifolati. 81
Coste di barbabietole . . . 24
Cren 184
Crescione 69
Dente di leone 70
» » alla tedesca 71
» » lardeggiato 70
Erba cipollina. 71
» di S. Pietro 71
Erbe fine piccionate 225
» in gnocchi 227
» legate con riso 226
» lessate 228
» vitellate 226
» in sortù di riso . . . 230
» in minestra 229
» in frittata 227
Fagiuoli 72
» alla croquettes 74
» alla fiorentina. 75
» alla maître d'hôtel. . 76
» alla romana 76
» alla salsa bruna 76
» allo zabaglione 80
» bianchi alla bretone . 79
» bianchi alla portoghese 79
» bianchi sautés. 77
Fagiuoli bianchi sgranati . 77
» con montone 77
» con salsa alla crema . 81
» con crema. 80
» conservati. 73
» cotti al forno 78
» di Lima alla crema . 75
» di Lima nani in salsa 75
» in polenta. 78
» in purée. 79
» in zuppa alla Condé . 79
» rossi alla Borgognona 80
» saltati alla milanese . 78
» verdi in insalata . . . 79
» verdi all'inglese . . . 79
Fagiuolina 82
Fagiuolini o Cornetti . . . 80
» » al burro 80
» » alla crema. 80
» » con salsa 81
» » in insalata. 81
» » trifolati alla genov. 81
Fava 82
» alla giardiniera 83
» al lardo all'inglese. . 84
» alla Poulette 84
» in purée. 84
» in zuppa. 83
» tenere 83
Finocchio 81
Flano di verdure diverse . . 226
Frittata d'erbaggi. 227
Fritto di verdura 227
Frittura di polenta 112
Funghi 85
» al forno 90
» alla casalinga 89
» alla francese 89
» alla graticola 87
» alla provenzale 90
» alla semplice 88
» alla tedesca 91
» all'inglese 91
» al sugo di pomidoro . 87
» cocchi ripieni 90
» essiccati 87
» farinacci-agliata 88
» in frittura 88

Funghi in intingolo 92
» in patée alla Russa . 91
» in purée 91
» in salsa 91
» spongiole alla semplice 92
» spongiole alla stuffarola 93
» spongiole al tegame . 93
Gombo del Brasile 93
» » al pomidoro 94
» » al riso 94
» » bollito 94
» » in umido 95
Gnocchi d'erbe 227
Granchi di mare in insalata 99
Igname 95
Indivia 96
» in zuppa 96
Insalate 97
Insalata alla cardinale . . . 98
» all'italiana 98
» alla macedone 98
» alla svedese 99
» alla tedesca 101
» di aragoste 99
» di granchi di mare . . 99
» di lattuga 100
» di pomidoro e mayonnaise 100
» di pomidoro e sedano 100
» d'uova 101
» egiziana 99
» per l'estate 101
Issopo 95
Lattuga 102
» alla chiffonnade . . . 104
» alla crema 104
» brasata 103
» (Cuori di) fritti 103
» in minestra 104
» in siroppo 104
» in torta 104
» in zuppa 105
» ripiena 103
Lavanda 203
Legumi secchi lessati . . . 229
Lenti 105
» all'arrosto o col lesso 109
» alla borghese 107
Lenti alla bretone 108
» alla maître d'hôtel . . 108
» all'olio 109
» alla provenzale 106
» al riso 106
» in cibreo 108
» in minestra 109
» in purée 108
» in stufato 106
» in zuppa 107
» in zuppa alla purée . 107
Lessi d'erbe 228
» di legumi secchi . . . 229
Lovertise in minestra . . . 111
Luffa di Yokohama 110
Luppolo 110
Maïs zuccherino 111
Malfatti 229
Melanzana 113
» al burro 114
» al forno 114
» alla parigina 116
» fritte 114
» in frittura 115
» pasticciate 115
» ripiene 115
» ripiene alla milanese . 114
Minestra d'erbe 229
Mostarda forte piccante . . 202
Nasturzio indiano 116
» tuberoso 116
Navoni 116
» alla mostarda 117
» alla purée 117
» vergini 117
Ocra del Brasile 93
Pastinaca 153
» alla crema 154
» al forno 154
» fritta 154
» in frittelle 155
Patate 118
» al burro 135
» al burro nero 137
» al formaggio 139
» alla borghese 128
» alla campagnola . . . 128
» alla crema 128

Patate alla Digione 143
» alla Gran Duchessa . 128
» alla graticola 141
» all'Hanovrienne 137
» all'inglese 143
» all'irlandese 141
» all'italiana 138
» alla lionese 129
» alla Macario 137
» alla maire 143
» alla maître d'hôtel . . 129
» all'Anna 139
» alla normanna 136
» al lardo 130
» all'olandese 129
» alla parigina 150
» alla panna 130
» alla polacca 136
» alla poulette 140
» alla russa 140
» alla Sabauda 141
» alla Soubise 139
» alla turca 141
» all'Uxelles 140
» al ponte nuovo 143
» arrostite 130
» bollite al naturale . . 124
» Chateaubriand 144
» coi cavoli 140
» col grasso 135
» con cipolle 136
» conservate 120
» cotte a vapore . . . 124
» cotte con carne 132
» cotte sotto la cenere . 125
» croquettes 131
» dolci abbronzate . . . 132
» dolci alla meridionale 132
» dolci fritte 132
» dolci in pane 132
» dolci in pasticcio . . 150
» fecolate 133
» fritte alla francese . . 133
» in beignets 152
» in bodino 149
» in brioches di purée . 145
» in brodo farinaceo . . 124
» in casseruola 131
Patate in coppiette 125
» in croquettes 125
» in croquettes di purée 145
» in crostate 145
» in crostini 144
» in dolce 151
» in dolce alla normanna 152
» in fiano 151
» in fiano alla francese . 150
» in focaccia 151
» in frittata 126-134
» in frittelle 126
» in frittura 134
» in frittura alla Provenzale 126
» in frittura alla Savojarda 127
» in frittura alla semplice 127
» in insalata alla francese 146
» in insalata alla giapponese 147
» in insalata alla naturale 146
» in insal. alla Périgord 147
» in insalata alla prussiana 147
» in insalata alla russa . 147
» in insalata con carne . 147
» in gnocchi 127
» in minestra all'indiana 123
» in omelette di purée . 145
» in pasticcio 148
» in poddingo caramellate 152
» in poddingo all'inglese 152
» in purée 144
» in purée alle uova . . 146
» in purée al naturale . 144
» in ragout 138
» in ravioli 123
» in stufato 138
» in tapioca 122
» in timballo 146
» in torta alla panna . 134
» in tortelli 149
» in tortelli alla romana 149
» in umido cotte al forno 131
» in veste da camera . 125
» in zolfanelli 153

Patate in zuppa 120
» in zuppa ai niokis . . 122
» in zuppa alla borghese 123
» in zuppa alla genovese 122
» in zuppa all'irlandese 122
» in zuppa alla moderna 123
» in zuppa alla Parmentier 121
» in zuppa alla provinciale 120
» in zuppa alla romana 121
» in zuppa alla Saint-Germain 122
» in zuppa alla Vittoria 122
» lardeggiate 138
» novelle 124
» ripiene 135
» sautées 135
» sautées al burro . . . 137
» soufflées 136-148
Patatine novelle alla bretone 142
» » alla milanese . . . 142
» » alla portoghese . . 142
» » all'indiana 142
Peperoni 155
» ripieni 156
» in salsa 156
Peverata 156
Piselli 157
» alla borghese 158
» al buon gusto 158
» al burro 158
» al consommé 158
» alla campagnola . . . 159
» alla crema 159
» alla francese 162
» al lardo 163
» all'inglese 162
» allo stufato 160
» allo zucchero 159
» dolci nel guscio . . . 160
» in frittata 162
» in poddingo 160
» in polentina all'inglese 160
» in purée 161
» in purée per guarniz. 163
» in zuppa 161
» in zuppa alla purée . 163
Piselli secchi in purée . . . 161
Polenta alla salvia 111
» dolce 112
» in frittura 112
» lardellata 112
Pomidoro 163
» alla graticola 165
» alla provenzale 170
» al riso 165
» con ripieno 165
» con ripieno di sedano 166
» conditi all'indiana . . 166
» conservati 164
» dolci conservati . . . 170
» fritti 167
» in aceto 167
» in conchiglia 167
» in conserva 167
» in ghiaccio 168
» in insalata 171
» in salsa 171
» in salsa per minestra 169
» in salsa per pasta . . 169
» in sugo 169
» in umido 168
» in torta 166
» in zuppa di purée . . 171
» miele 170
» ripieni 171
» verdi 168
» verdi conservati . . . 168
Porcellana 172
Porri 172
» brasati 173
» in insalata 173
» in minestra alla scozzese 173
» in umido 173
» in zuppa 173
Prezzemolo 174
» all'aceto 174
Rabarbaro 174
» in torta 175
Ramerino 176
Ramolaccio 176
» in salsa 176
» in salsa calda 177
Rape 177

Rape alla crema 177
» alla parigina 179
» all'inglese 180
» al forno 180
» con patate 180
» crostate con formaggio 178
» (Foglie di) condite . . 180
» fritte color d'oro . . . 179
» in intingolo 179
» in bisqué 181
» in purée 180
» in umido 179
» in zuppa 180
» ripiene 178
Rapunzolo 181
Ravanello 182
Roca o Rocola 182
Ruta 183
Salse diverse 183
Salsa alla genovese con pollo freddo 189
» alla giardiniera . . . 187
» alla marinaia 187
» al burro 188
» al limone 183-189
» al latte 192
» alla Béchamel 187
» bianca 186
» bianca ai capperi . . . 187
» bruna 186
» composta all'aceto . . 183
» con crem 184
» deliziosa 192
» di erba brusca 188
» di senape 187
» di tartufi 183
» francese 186
» fredda 187
» genovese 184
» ginevrina 185
» indiana 185
» italiana 185
» mayonnaise 189
» mayonnaise piccante . 190
» olandese 185
» per verdure 191
» piccante 186
» Robert 188
Salsa spagnuola 184-190
» Soubise 191
» tedesca 184
» vellutata 191
Salvia 193
Sambuco 193
Santoreggia 194
Schiarea 194
Scalogno 15-16
Scorzonera 194
» al burro 196
» al formaggio 195
» alla crema 195
» fritta 195
» in insalata 195
» in minestra 196
Sedano 196
» alla Béchamel 200
» alla marsigliese 197
» alla spagnuola 200
» alla Villeroy 200
» al pomidoro 198
» al sugo 199
» al sale 200
» brasato 199
» fritto 197
» fritto alla milanese . . 197
» in flano 201
» in minestra 198-201
» in insalata 200
» in salsa 201
» lessato alla francese . 198
» rapa 199
» trippato 199
Senape 202
» in salsa 202
Sortu di riso ed erbe . . . 230
Spezie 203
Spigo 203
Spilanto 203
Spinacio 204
» al burro 204
» alla crema 209
» all'inglese 209
» alla napoletana 205
» alla panna 206
» all'olio 206
» alla veneziana 205

Spinacio al sugo 206
» colle uova 210
» in crostini 210
» in bodino con funghi 207
» in frittelle 208
» in omelette 210
» in scarpazza o torta . 207
» in ravioli 209
» in tortellini 210
» in zuppa alla modenese 208
» per le dame 205
Spongiole 92
» alla semplice 92
» alla stuffarola 93
» al tegame con uova . 93
Tartufi 210
» alla finanziera 211
» alla serviette 211
» al formaggio dolce . 212
» in insalata 212
» in salsa Périgueux . . 211
» in torta all'italiana . . 212
» saltati all'italiana . . . 212
Topinambur 213
» alla crema 213
» alla polacca 213
» in zuppa alla Palestina 214
Valeriana 214
Verdure in flano 226
Verdura fritta 227
Verzata 45
Verze alla cappuccina . . . 44
» in concia 44
» ripiene 44
Zucca 214
» alla parmigiana 216
» alla polacca 219
» all'inglese 218
» alla lionese 219
» al forno 219
» cotta al forno 215
» in frittura 215
» in bodino 218
» in poddingo alla crema 218
» in torta 217
» in zuppa 217
» marinata 216
» seccata 217
Zucchette 219
» alla salsa bianca . . . 222
» al forno 223
» con salsa di tartufi . . 221
» in crema 223
» in agro dolce 220
» in pasticcio all'americana 223
» in poddingo 223
» in zuppa 223
» ripiene 220
» ripiene al mascarpone 221
» ripiene alla milanese . 221
Zuppe 223
» all'americana 223
» alla borghese 224
» alla giardiniera 225
» alla moschettiera . . . 224
» di purée di legumi . 225

ACETOSA

(*Rumex acetosa*).

Nomi stranieri — francese: *Oseille* — tedesco: *Sauerampfer* — inglese: *Sorrel* — fiammingo ed olandese: *Zuring* — danese: *Almindelig syre* — spagnuolo: *Acedera* — portoghese: *Azedas*.

L'Acetosa è una pianta che cresce e prospera in tutte le terre e meglio all'ombra. Si moltiplica per divisione dei cespi nel mese di marzo-aprile), specialmente quando si vogliono fare delle bordure. Si moltiplica però più sovente per seme in primavera, a file distanti 15 o 20 centimetri, in un terreno profondo e fresco. Due mesi dopo la semina si può cominciare a raccogliere qualche foglia. Una piantagione può durare da 3 a 4 anni. Oltre all'acetosa *comune* o *selvatica*, si coltiva anche l'*acetosa a larghe foglie* detta *di Belleville*, l'*acetosa a foglie di lattuga*, l'*acetosa spinacio* (*rumex patientia*), l'*acetosella* (*oxalis crenata*). Dell'acetosa si mangiano le foglie cotte, ed alcuni asseriscono che le foglie crude servono per pulire l'argenteria. Essa offre un'ottima verdura nell'inverno e nella primavera, quando la cucina ne è sprovvista: ha sapore gradevole e, quel che più importa, è salubre. Una specie di acetosa è l'acetosella, i cui tuberi non oltrepassano la grossezza di un uovo di piccione; l'acetosella chiamata *oca peruviana* produce un eccellente sale.

1. — Conservazione dell'Acetosa.

Appena raccolta e mondata accuratamente, si lava e s'immerge l'Acetosa in un recipiente pieno d'acqua bollente con un po' di prezzemolo, di cerfoglio e di bietola: si lascia bollire tre o quattro volte, poi si fa sgocciolare. La si rimette a fuoco per ottenere una completa condensazione, si versa poi in vasi di terra e si copre di strutto o di burro o d'olio d'oliva. L'acetosa serve come guarnizioni del lesso, dell'arrosto, dei polli, ecc.: può esser cotta come gli spinaci.

2. — Acetosa in purée.

Si staccano i picciuoli e si risciacquano le foglie dell'acetosa in parecchie acque; poi si prepara nella casseruola del burro (per 6 persone un etto di burro), un po' di lattuga ed un po' di cerfoglio; vi si versa l'acetosa, si condisce con pepe, sale e noce moscata e si dimena con un cucchiaio di legno. Cotta che sia a fuoco vivo, si passa allo staccio e si rimette a fuoco aggiungendovi tre tuorli d'uovo, oppure della crema.

Si serve con vitello lessato.

3. — Zuppa con acetosa.

Si tagliano le foglie d'acetosa riunite in mucchi, a piccoli dadi, come per la zuppa alla *julienne*. Si fanno cuocere nel burro e si versano nel brodo, coi crostini di pane fritto.

4. — Zuppa di magro all'acetosa.

Si lava l'acetosa, si taglia e si pone a cuocere nel burro, unendovi poi del latte o dell'acqua, a seconda dei gusti: si versa la salsa così ottenuta sul pane già preparato. Si possono anche aggiungere alla zuppa dei tuorli d'uovo.

AGLIO

(*Allium sativum*).

Nomi stranieri — francese: *Ail ordinaire* — inglese. *Commongarlic* — tedesco: *Gewöhnlicher Knoblauch* — olandese: *Knoflook* — danese: *Hvidlog* — spagnuolo: *Ajo vulgar* — portoghese: *Alho.*

L'aglio dev'essere fatto asciugare bene al sole appena estirpato e difeso dal gelo e dall'umidità, se lo si vuol conservare tutto l'anno. L'aglio ama un terreno ricco, profondo e sano; nei terreni umidi e sotto l'influenza di irrigazioni troppo copiose, marcisce. Non ama i concimi freschi, preferisce le spazzature ben decomposte. Moltiplicandolo per seme, si raccolgono i bulbi appena nel secondo anno. Negli orti, si semina in novembre e in marzo; in campagna, in marzo. A tale scopo, col foraterra si mettono gli spicchi con la punta in su alla profondità di 6-8 centimetri e alla distanza di 20-25 centimetri in tutti i sensi.

L'uso dell'aglio è antichissimo, basti dire che gli Egiziani ne avevano fatto un dio .. come lo fecero per le cipolle. I Romani ne facevano grande uso; si dice che, allorchè nacque Enrico IV, gli si ungessero le labbra con uno spicchio di aglio... e veramente il re ebbe linguaggio... saporito. I popoli del Nord considerano questa pianta specialmente come medicamento. L'aglio è uno stimolante attivissimo; disgraziatamente però dà all'alito un odore disgustoso, che nulla può togliere; esso accresce sapore alle salse, ai brodi, alle carni, al salame. Aumenta l'appetito e facilita la digestione, se in dosi non esagerate. In farmaceutica è usato per le sue proprietà, tant'è vero che ha parte nella composizione del famoso aceto dei quattro ladri.

Un bravo cuoco, una furba massaia devono mascherare l'uso dell'aglio meglio che possono; toglierlo cioè, dall'intingolo quando questo ne ha preso il sapore.

Vi sono diverse varietà di aglio: l'*aglio bianco* o *comune*, l'*aglio rosa*, l'*aglio rosso* e l'*aglio di Trebi-*

sonda, nuova varietà introdotta dalla Casa Fratelli Ingegnoli.

Un'altra specie di aglio è lo *Scalogno* (*allium ascalonicum*), il quale produce un ammasso di piccoli bulbi ovali, riuniti in un involucro comune. È preferibile l'aglio scalogno perchè ha odore meno penetrante dell'aglio ordinario.

5. — Salsa all'aglio.

Si fanno bollire gli spicchi dell'aglio fino a che siano ben cotti, poi si sgocciolano e si mettono in una casseruola con un pezzo di burro. Vi si aggiunge sale, pepe e un po'di farina bianca e s'allunga la salsa con brodo.

6. — Salsa d'aglio alla Provenzale.

Questo è il piatto nazionale della Provenza.

Si fanno bollire gli spicchi d'aglio per due minuti, indi si schiacciano in un mortaio con una grossa patata fredda, molto pepe e sale, vi si unisce dell'olio che si versa goccia a goccia e un po' di sugo di limone. Questa salsa si mangia col pesce.

7. — Essenza d'aglio.

Si mettono in una bottiglia molti spicchi d'aglio, vi si versa sopra del cognac o del gin e si lasciano macerare per quindici giorni almeno. Il liquore allora è così saturo del sapore dell'aglio, che qualche goccia di esso basta per comunicare il gusto ad una salsa o ad un intingolo.

L'essenza si conserva infinitamente.

Al gin e al cognac si può sostituire l'aceto.

8. — Soffritto d'aglio.

Si mette al fuoco alquanto olio con aglio trinciato sottilmente e si fa bollire leggermente, finchè l'aglio prenda un poco il color d'oro in guisa però che non bruci. Di poi vi si aggiunge conserva di pomidoro disfatta con acqua e pepe.

Questo soffritto si adopera moltissimo per salse di magro e specialmente per il pesce.

Si può aggiungere, secondo il gusto, un poco di salvia o rosmarino.

ASPARAGI

(*Asparagus officinalis*).

Nomi stranieri — francese: *Asperge* — tedesco: *Spargel* — inglese: *Asparagus* — fiammingo ed olandese: *Aspersie* — danese: *Asperges* — spagnuolo: *Esparrago* portoghese: *Espargo*.

L'asparagio è conosciutissimo, nessuno ne ignora i pregi e le ottime qualità diuretiche. Vi sono molte varietà d'asparagi e quelle da preferirsi sono: l'*asparagio verde di Borgogna*, l'*asparagio di Milano*, l'*asparagio primaticcio d'Argenteuil*, l'*asparagio d'Ulma*, l'*asparagio di Bassano*, l'*asparagio colossale di Connover*, l'*asparagio d'Olanda*, l'*asparagio Palmetto*. Gli Antichi tennero in molto onore l'asparagio, e Galeno, Catone, Plinio, lo magnificarono nei loro scritti. I Greci e i Romani ne curavano tanto la coltivazione, ch'erano pervenuti ad ottenere asparagi di tre libbre. L'Asparagio cresce bene nei climi temperati, non soggetti alle brine tardive, preferisce i terreni calcari non compatti e senza umidità. Per l'impianto d'una sparagiaia è bene preparare un concime misto di letame equino, ovino e bovino. Il terreno dev'essere sempre tenuto mondo dalle cattive erbe mediante sarchiature e scerbature. Gli asparagi si mangiano freschi e si possono conservare. Si riconosce la freschezza dell'asparagio alla gradazione della sua punta, che deve essere violacea e verde.

9. — Conservazione degli Asparagi.

Si scelgono i migliori asparagi e dopo d'averne tagliata la parte inferiore dura e bianca, si fanno bollire con poco sale. Poi si lasciano immersi per un quarto d'ora

nell'acqua fredda e quindi si pongono in un vaso quasi pieno d'acqua e d'aceto, in eguali proporzioni, con sale, chiovi di garofano e cedro a pezzetti. Vi si pone sopra del burro liquefatto e si tengono in luogo sano, non umido, nè caldo. Quando si vuol cucinarli, si lavano prima in acqua tiepida e poi in quella fredda, affinchè riprendano la loro freschezza primitiva.

Per conservar loro meglio il sapore si possono anche cuocere col solo vapore, esponendoli cioè, ravvolti in una pezzuola di tela, al vapore che esce da una caldaia nella quale bolle dell'acqua. Oppure si possono far cuocere a bagnomaria.

10. — Asparagi alla crema.

Si prendono le punte d'asparagi e si fanno cuocere per un quarto d'ora in acqua bollente e salata. Si preparano intanto delle fette di pan francese, senza la crosta, si pone in ogni fetta un pezzetto di burro e si fanno abbrustolire a fuoco vivo (meglio nel forno) finchè hanno acquistato un bel colore dorato. Sgocciolate quindi le punte d'asparagi, si pongono nel pane al posto del burro, tenendo tutto al caldo. Si fa una crema con mezzo litro di latte, sei tuorli d'uova e zucchero, la si versa sul pane e sugli asparagi e si serve caldissima. È un piatto eccellente.

11. — Asparagi all'Olandese.

Lavati e puliti gli asparagi, si pongono a cuocere nell'acqua bollente lievemente salata. Cotti ed asciugati, si pongono sopra un piatto, metà da una parte, metà dall'altra, colle punte che si guardano e si prepara a parte una salsa così composta: un etto di burro, un po' di farina bianca, un po' di brodo, sale e pepe, prezzemolo e cipolla tritata, qualche erba odorosa (che poi si leva) e tre tuorli d'uova sbattuti. Si versa la salsa sugli asparagi, bagnando con qualche goccia di limone, e si servono caldissimi.

12. — Asparagi in insalata.

Cotti gli asparagi in acqua salata, tagliata loro la parte bianca e raffreddati, si condiscono con olio, aceto, sale e pepe. Si mangiano anche colla *mayonnaise*.

13. — Punte d'Asparagi fritte.

Tagliate le punte ad un mazzo d'asparagi, queste si fanno bollire per un quarto d'ora nell'acqua salata e poi si sgocciolano. In una casseruola si prepara intanto una salsa così composta: mezzo etto di burro, mezzo bicchiere di panna in cui si sarà sbattuto un tuorlo d'uovo, un pizzico di sale e una cucchiaiata di zucchero. Cotta un poco la salsa, vi si uniscono le punte d'asparagio e si fanno friggere. Si servono calde e sono veramente squisite.

14. — Asparagi a mo' di piselli.

Si taglia la parte tenera e verde dell'asparagio a mo' di piselli e si fa cuocere nell'acqua bollente e salata; poi si pongono questi piselli speciali, in una casseruola con mezzo etto di burro, un po' di brodo, un po' di farina e un po' di zucchero fino. Cotti, si servono come accompagnamento della carne lessata, del pollo, della lingua, ecc.

15. — Asparagi in stufato.

Si leva il gambo ad un mazzo d'asparagi e si fanno cuocere le punte in acqua bollente e salata; ben asciugate, si pongono a cuocere in una casseruola con un etto di burro, un quinto di latte e un cucchiaio di farina. Si tolgono appena principia la bollitura e si servono.

16. — Zuppa con punte d'Asparagi.

Si pongono a cuocere le punte d'asparagi nell'acqua bollente e salata; prima di versarle nel brodo che deve servire per la zuppa, si lasciano raffreddare, affinchè conservino il loro colore.

17. — Punte d'Asparagi colle uova.

Si fanno cuocere le punte d'asparagi in acqua bollente e salata e poi si dispongono sopra un piatto. A parte si

fanno cuocere sei uova con molto burro, sale e pepe, rimestandole continuamente e si versano sulle punte già preparate. Colle punte d'asparagi, si fanno delle gustose frittate e anche delle *omelettes* con ripieno di punte d'asparagi.

18. — Teste d'Asparagi alla Reale.

Si scelgono i più grossi asparagi che si possono trovare e si tagliano loro le teste che si fanno cuocere in acqua bollente. Asciugate, si pongono a cuocere con burro, qualche cucchiaiata di salsa e dei tartufi tagliati a fette.

19. — Zuppa di Asparagi.

Si prenderà un mazzo di asparagi e lo si metterà in una casseruola d'acqua salata facendolo bollire per circa mezz'ora. Levatolo dall'acqua si taglieranno le punte che si metteranno in una zuppiera e il resto si farà passare per lo staccio, mischiandovi poi assieme tre cucchiaiate di farina ed una di burro. Si farà bollire un litro di latte al quale si aggiungerà questa specie di salsa mescolandola fino a che si addensa. Levato dal fuoco tutto il composto vi si metterà un poco di sale e pepe versandolo sulle punte degli asparagi già preparate nella zuppiera.

20. — Scaloppi d'Asparagi.

Si fanno bollire degli asparagi in acqua salata per circa circa quindici minuti e intanto si triturano sei uova sode. Cotti che siano gli Asparagi si pongono in una casseruola in modo da formare un piano di asparagi ed uno di uova triturate, lasciando per ultimo un piano di asparagi. Si porrà in una padella un etto di burro facendolo liquefare per bene, aggiungendovi poi due cucchiaiate di farina, sale, pepe e mezzo litro di latte, mescolando fino a che si alzi il bollore. Questa salsa si verserà lentamente sugli asparagi, assieme con dell'ottimo formaggio trito e con molti pezzettini di pane. Si farà cuocere il tutto per mezz'ora, e si servirà poscia in tavola caldissimo.

ATREPLICE

(*Atriples hortensis*).

Nomi stranieri — francese: *Arroche* — tedesco: *Gartenmelde* — inglese: *Orach, mountain spinach* — fiammingo ed olandese: *Melde, hopnelde* — spagnuolo: *Armuelle* — portoghese: *Armolas.*

L'atreplice, detta anche *Bella dama, Buona dama,* è una pianta annua che si semina nel mese di marzo in terreno grasso, sabbioso e piuttosto umido. Appena spuntate le pianticine, si devono diradare se riescono troppo fitte dando loro frequenti inaffiamenti e tenendole sempre pulite dalle cattive erbe. Questo ortaggio ha il pregio di produrre foglie larghissime e tenere e si deve aver cura di seminarlo e coltivarlo ogni quindici o venti giorni per conservargli le qualità che lo rendono pregevole. Le foglie dell'atreplice forniscono un cibo molto salubre; i cuochi le aggiungono a quelle di acetosa e fanno piatti squisiti. L'atreplice si cucina come gli spinaci e s'adopera anche per far zuppe di magro. Vi sono tre categorie d'atreplice: *l'atreplice bionda,* la *rosso-scura,* che si utilizza come pianta d'ornamento e la *verde.*

BARBABIETOLA

(*Beta vulgaris*).

Nomi stranieri — francese: *Betterave* — tedesco: *Rübe salatbeete, Salatrübe* — inglese: *Beet* — olandese e fiammingo: *Betwortel* — danese: *Rodbede* — spagnuolo: *Remolacha* — portoghese: *Betarava.*

La barbabietola, radice carnosa, tonda e zuccherina, è originaria del mezzodì d'Europa e particolarmente della Spagna. Si divide in tre categorie: barbabietola mangereccia, barbabietola da foraggio e barbabietola da zucchero.

La barbabietola si semina in piena terra, appena terminati i pericoli del gelo, a file distanti 30, 35 centimetri, e si diradano poi le piantine, lasciando altrettanta distanza

fra l'una e l'altra. Il diradamento si fa quando le piantine hanno sviluppata la terza foglia.

I Greci avevano in grande stima la barbabietola e ne mangiavano perfino le foglie, cotte come gli spinaci. Dalla barbabietola si ricavano zucchero ed alcool. Durante il primo Impero, allorchè lo zucchero divenne rarissimo in seguito al blocco continentale, in Francia si scoperse il procedimento per trarre lo zucchero dalle barbabietole. Vi sono parecchie varietà di barbabietola: la *barbabietola gialla,* tonda, zuccherina, la *barbabietola rossa,* lunga, grossa, la *Vittoria,* a fogliame rosso, varietà tedesca, la *barbabietola tonda,* rossa, primaticcia, la *barbabietola bianca* di Prussia, la più ricca di materia zuccherina.

La barbabietola si cuoce in tre modi: nell'acqua, al forno o sotto la cenere; si pone anche sotto aceto; conservata, è più nutriente che fresca, per l'accrescimento della sostanza zuccherina e per la trasformazione della pectina in zucchero.

21. — Barbabietole bollite.

Per far bollire le barbabietole si avrà cura dapprima di lavarle per bene, badando di non tagliarle nè raschiarle, perchè se la pelle si rompesse perderebbero sapore e colore. La cottura si ottiene, per quelle giovani in un'ora, per le vecchie in quattro. Nell'inverno rimangono sempre dure ed allora bisognerà lasciarle in acqua fredda una notte intera, ma se anche dopo ciò la durezza continuasse, si devono mettere da parte perchè non sono più mangiabili.

Le barbabietole si devono far cuocere in acqua bollente, mettendole poi in acqua fredda per alcuni minuti (5 o 6) e poscia si leva loro la buccia con un pannolino.

22. — Sugo di barbabietole al manzo brasato.

Si prenderanno tre barbabietole crude e si taglieranno a pezzi ponendole poscia in un recipiente di terra, in luogo caldo, e con poca acqua. Si lascierà che subiscano

la naturale fermentazione, il che avviene in sei o sette giorni. Allorquando soprannuota la schiuma è segno che la fermentazione è ultimata, e allora si leveranno le barbabietole e si porrà nel sugo fermentato, che esse hanno lasciato, un bel pezzo di manzo magro, salandolo a discrezione e facendolo cuocere quattro ore nella brace. È un piatto molto lungo a prepararsi, ma è altrettanto gustoso.

23. — Barbabietole alla crema.

Si fanno cuocere le barbabietole (preferibilmente le bianche di Prussia) nel modo indicato nel paragrafo « Barbabietole bollite ». Cotte, si tagliano a dadi, si pongono sopra un piatto caldissimo versandovi sopra della crema.

24. — Barbabietole in salsa piccante.

Cotte le barbabietole e sbucciate, si tagliano a fette e si pongono in una terrina. Si prepara a parte la seguente salsa: mezzo litro d'aceto, tre o quattro pizzichi di *macis* e di *zenzero* e del pepe; si fa bollire, e si versa sulle barbabietole, aggiungendovi uno o due ramolacci grattugiati.

Si pone la terrina in luogo fresco e dopo alcune ore si serve.

25. — Barbabietole fritte.

Sbucciate le barbabietole, si tagliano a fette e si pongono a cuocere con un bel pezzo di burro, pepe, sale e prezzemolo tritato. Si servono calde.

26. — Frittura di barbabietole.

Si pongono a marinare le barbabietole cotte, sbucciate e affettate, in un piatto, con sale, pepe, prezzemolo tritato, noce moscata e cipolle; a parte si prepara una pasta di farina ed acqua nella quale s'immerge ogni fetta di barbabietola e si fa friggere.

27. — **Coste di barbabietole al burro.**

Sono eccellenti. Si prendono le foglioline della barbabietola bianca e si fanno cuocere a mazzi nell'acqua bollente, quindi si friggono nel burro e si possono servire sul pane tosto, oppure con salsa all'olandese.

BARBA DI BECCO — SCORZO BIANCA.

(*Tragopogon pratense*)

Nomi stranieri — francese: *Salsifis* — tedesco: *Harfewurzel* — inglese: *Salsify* — fiammingo: *Haverwortel* — danese: *Havrerad* — spagnuolo: *Salsifi blanco* — portoghese: *Cercifi.*

Le piante delle barbe di becco si raccolgono verso la fine di febbraio o marzo, tagliandole col coltello contro la radice, in modo che rimanga ancora un poco di corona e che le foglie abbiano a restar riunite; si sbarazzano queste piante delle foglie esterne e da quella piccola agglomerazione delle interne, formando dei mazzetti che si consegnano in cucina. Le barbe di becco si fanno bollire in acqua leggermente salata, quindi si sgocciolano e si servono condite col burro, oppure con quella salsa che meglio piace. Questa verdura è molto salubre e possiede un gusto delizioso, fino e delicatissimo; è molto apprezzata perchè è una delle prime verdure primaverili. Le radici della *barba di becco bianca* somministrano un cibo sano e delicato e fatte cuocere nell'acqua semplice ed acidulata, si servono in insalata, oppure fritte o condite con burro unite alle carni, al pollo, ecc., come la *scorzonera.*

BASILICO

(*Ocymum basilicum*).

Nomi stranieri — francese: *Basilic* — tedesco: *Basilikum* — fiammingo: *Basilik* — danese: *Basilikum* — inglese: *Basil* — spagnuolo: *Albaca* — portoghese: *Manjericao.*

Questa pianticella odorosa, d'origine indiana e persiana, si semina in aprile e maggio in buona terra ed a mezzodì. Il basilico, a cagione del suo odore gradevole e

fortemente aromatico, viene adoperato per condimento, per confettura e anche per profumo. Da noi oramai questo aroma è poco usato, mentre nella cucina genovese lo si conserva ancora. Si possono adoperare i fiori e le foglie per aromatizzare le bibite. Le foglie, disseccate all'ombra, si polverizzano e si racchiudono entro vasi per servirsene all'occorrenza spargendone qualche pizzico sulle vivande.

Oltre il basilico comune coltivansi altre varietà: il *basilico fine verde* e quello *a foglie di lattuga*.

BIETA DA COSTOLE

(*Beta cicla.*)

Nomi stranieri — francese: *Bette à carde* — tedesco: *Mangold* — inglese: *Leaf beet* — fiammingo ed olandese: *Sny beat* — danese: *Blad bede* — spagnuolo: *Bleda* — portoghese: *Acelga*.

Questa pianta vegeta dovunque, purchè il terreno sia molto concimato. La semina si fa in marzo facendo poi il trapianto a quaranta centimetri di distanza da una pianta all'altra; le costole si consumano in autunno. Seminando invece nei mesi di luglio od agosto si ha il prodotto in primavera. Le costole delle bietole bianche sono le migliori per la cucina; si fanno bollire nell'acqua con sale, indi si sgocciolano e si rimettono a cuocere con quella salsa che più aggrada; la parte verde delle foglie, ovvero lo spoglio delle costole, può egualmente essere utilizzata, unita all'acetosa, come gli spinaci. La bietola da costola bianca è la migliore di tutte; vengono in seguito la *bionda comune a larghe coste* e quella *a cardo rosso*.

La *bietola da erbuccie* deve considerarsi come tipo dell'antecedente, solo che non avendo i pezioli e le costole così ampie, viene in cucina adoperata di essa, puramente la parte verde, a guisa degli spinaci, unita alle foglie dell'acetosa. Si usa in minestra e nelle frittate.

BORRAGINE.

(*Burrago officinalis*).

Nomi stranieri: — francese: *Bourache* — tedesco: *Borretsch* — inglese: *Borage* — spagnuolo: *Borraja* — portoghese: *Borrajem.*

Questa pianticella graziosa, indigena, annuale, che offre fiori azzurri dall'aprile al settembre ci somministra pure colle sue foglie, un legume per la minestra e per le zuppe all'uovo. I ramoscelli più teneri invece, impastati, fritti e spruzzati di zucchero, servono d'ornamento per l'arrosto, i fiori per frittata e per insalata. Vuolsi che detti fiori si possano adoperare per tingere l'aceto in turchino e che mangiandoli ci si mantenga in salute ed allegri.

Raspail disse, che quest'erba può dare una bevanda saporitissima, migliore del the.

CAPPERI

(*Capparis spinosa*).

Nomi stranieri — francese: *Caprier* — tedesco: *Kapernstrauch* — inglese: *Capertree* — fiammingo ed olandese: *Kapperboom* — spagnuolo: *Alcaparra* — portoghese: *Alcaparreira.*

I capperi crescono nei paesi caldi, si adoperano soltanto sotto aceto e servono per dare un gusto piccante a diverse salse. Vivono selvatici nei crepacci dei muri specialmente vecchi, esposti a mezzodì. Quando si coltivano in vasi, si fa un miscuglio di tre parti di terra con una di calcinaccio spolverizzato o di altra materia calcare e se ne riempie il vaso dopo averlo fognato. La semina può farsi di primavera e d'autunno. Per conservarli, si leva loro il picciuolo, si lavano e si mettono in vasi appositi con aceto bollito, sale, pepe e qualche erba aromatica; tre settimane di poi si possono mangiare.

28. — Capperi in salsa cotta.

Si fa stemperare un'acciuga nell'olio e burro a fuoco lento, quindi vi si pongono i capperi (un etto) con tre

cucchiaiate di aceto e del prezzemolo trito. Si può servire questa salsa calda col manzo, coll'arrosto, ecc., e si può benissimo usarla fredda col vitello lessato o *tonné*.

29. — Capperi in salsa cruda.

Si prende dell'olio d'oliva finissimo (in data proporzione), un etto di capperi ed il sugo di un limone. Si mescola il tutto assieme e si serve in tavola.

30. — Salsa di capperi alla genovese.

Anzitutto si deve osservare che i capperi acquistati (30 grammi circa) abbiano ad essere perfetti. Quindi si tenga il seguente processo: si prenda un poco d'olio di oliva finissimo, un poco di burro e un'alice e si stemperi assieme ai capperi, con un pizzico di prezzemolo e un pochino di aceto, ponendo il tutto a riscaldare al fuoco. La salsa è fatta, e si potrà benissimo correggerla, per chi ama il dolce e il brusco, con un poco di zucchero pilé finissimo.

Un'altra buona salsa di capperi la si ottiene mediante il seguente processo: si sminuzzi una cipolla con mezzo etto di capperi e 25 grammi di alici; si faccia tostare il tutto in casseruola con un poco di burro, poscia vi si unisca un poco di sugo o buon brodo, un pochino d'aceto e un pizzichino d'erbe aromatiche. Si facciano lor dare due bollori e la salsa è fatta perfettamente. È eccellente coi polli, capponi, lessi, ecc., cotti in ristretto.

CARCIOFI

(*Cynara scolymus*).

Nomi stranieri — francese: *Artichaut* — tedesco: *Artischoke* — inglese: *artichoke* — fiammingo ed olandese: *Artisjok* — danese: *Artiskok* — spagnuolo: *Alcachofa* — portoghese: *Alcachossa*.

Il carciofo è una verdura delicatissima, sana, saporita e ghiotta, perciò ci estenderemo maggiormente sui modi diversi di cucinarlo. Esso ha la figura di una pigna, e lo si raccoglie allorchè le squame si trovano ancora riu-

nite; è di maggior pregio quanto più è voluminoso e colle squame grosse.

Il carciofo si moltiplica generalmente per polloni, chiamati *carducci*. L'impianto si fa direttamente a dimora in autunno, a quinconce, lasciando un metro di distanza fra pianta e pianta. I terreni bassi di pianura, quasi torbosi, sono molto confacenti alla coltivazione di questo ortaggio. Nella primavera (marzo o aprile) si scoprono gradatamente i cespi per non esporli d'un tratto all'aria libera e al sole.

Varie sono le varietà dei carciofi: abbiamo il *carciofo a palla di Roma*, il *carciofo grosso d'Italia*, il *carciofo inerme di Venezia*, il *carciofo mazza ferrata*, il *carciofo violetto di Provenza*, il *carciofo violetto di Toscana*.

Dumas insegna molte maniere di cucinarli e asserisce che, per la loro virtù diuretica, essi guarirono diverse malattie.

Varrone scrisse che basta far macerare la semente del carciofo in un sugo di rosa, di giglio o d'alloro, per avere carciofi di questi sapori. Questa verdura saluberrima è originaria dell'Etiopia e fu introdotta in Europa al principio del XV secolo. Essa è febbrifuga e la polvere ottenuta dalle sue foglie disseccate, è un rimedio contro le febbri intermittenti.

I carciofi si dividono in due categorie: gli spinosi e gli inermi; il fiore del carciofo ha la proprietà di far coagulare il latte.

31. — Conservazione dei carciofi.

Si possono benissimo conservare i ricettacoli dei carciofi, gettando questi ultimi nell'acqua bollente e lasciandoli cuocere a metà. Raffreddati, si spogliano delle prime squame esterne più coriacee, e con un piccolo cucchiaino da caffè, si estraggono abilmente dall'interno le punte pungenti. Poi i ricettacoli così mondati, si tuffano nell'acqua fresca, lasciandoveli per 2 ore, dopo di che si pongono ad asciugare sopra cannicci al sole per due giorni.

Quando si vogliono adoperare s'immergono, circa un'ora prima, nell'acqua tiepida.

32. — Carciofi alla giardiniera.

Si levano le foglie più dure a sei carciofi, si tagliano loro le punte e il gambo, si fanno bollire e si asciugano. Intanto si preparano cotte due carote, una rapa, un pizzico di fagiuoli, delle punte di asparagi, o di cavol fiore e dei piselli. Si fanno sgocciolare e si pongono a cuocere con qualche cucchiaiata di salsa. Questa specie di *purée* si pone poi nei carciofi tagliati a rotelle, come si fa per le pesche ripiene e si servono caldi insieme al lesso, all'arrosto, ecc.

33. — Carciofi alla graticola.

Si puliscono i carciofi, levando loro le foglie più dure, e il gambo e si tagliano a metà togliendo loro la peluria (così detta barba) che si trova nel mezzo. Si fanno cuocere alla graticola, salandoli e spruzzandoli con un po' di olio d'oliva e di pepe e si servono prontamente, aggiungendovi un po' di sugo di limone.

I carciofi si mangiano anche crudi come il sedano, con sale, olio, pepe, ed anche qualche goccia d'aceto.

34. — Carciofi alla lionese.

Si tagliano a pezzi i carciofi, levando loro il gambo e le foglie dure, si lavano e si sgocciolano. Poi si spalma di burro il fondo d'una casseruola e vi si pongono, aspergendoli di sale e pepe, i pezzi di carciofi; si fanno cuocere con fuoco sopra e sotto, affinchè acquistino un bel colore dorato. Si dispongono con arte sul piatto, vi si versa sopra il burro fritto e si servono.

35. — Carciofi alla spagnuola.

Si tagliano a pezzi i carciofi, dopo averli convenientemente puliti. Si mettono a cuocere per un quarto d'ora in una casseruola con parecchie cucchiaiate di salsa spagnuola, un po' di *consommé* e del pepe. Prima di servirli, si fanno bollire per mezz'ora con fuoco sotto e sopra.

36. — Carciofi all'italiana.

Si puliscono e si fanno cuocere i carciofi; si dispongono in un piatto in modo che l'estremità dell'uno posi su quella dell'altro, vi si versa sopra una buona salsa italiana e si servono.

37. — Carciofi alla milanese.

Si pongono i carciofi in una terrina spalmata di burro, uno di fianco all'altro e nel mezzo d'ognuno, si pone un pezzetto di burro e del formaggio di grana finissimo grattugiato. Si copre la terrina, e si fa cuocere a fuoco mite, curando che i carciofi non abbiano a seccare. Al momento di servirli, se sono un po' asciutti, vi si versa sopra dell'altro burro liquefatto e bollente.

38. — Carciofi a vapore.

Si preparano i carciofi ben puliti, lasciando loro il gambo lungo due dita e si pongono in una casseruola, avendo la precauzione di tenerli tutti in piedi, appoggiati gli uni agli altri e sostenuti dai gambi e con una quantità d'acqua tale che non arrivi a toccare la base dei carciofi. Poi si aprono molto i carciofi e si versa nel mezzo di ciascuno una buona salsa fatta con pepe, sale ed olio. Coperta la casseruola, si avrà cura di far bollire per bene l'acqua del fondo, procurando così ai carciofi una cottura a vapore.

39. — Carciofi alla francese.

Si fanno cuocere i carciofi in acqua bollente, poi si tagliano a pezzi, levando il gambo e le foglie grosse, si soffregano con del limone perchè non abbiano ad abbrunire e si pongono a marinare nell'acqua con molto aceto. Levati e sgocciolati, si dispongono sopra un piatto e vi si versa sopra una salsa fatta con olio, aceto, pepe e sale.

Così si cucinano pure i carciofi francesi, che hanno il ricettacolo a scaglie, come la pigna del pino. La salsa può essere diversa, anche olandese o inglese.

40. — Carciofi cotti al forno.

Si fanno cuocere i carciofi nell'acqua bollente, si ravvolgono in una fetta di buon prosciutto, ponendo sulla punta di ciascuno un pezzettino di cipolla, e quindi si allineano per bene in una casseruola. A parte, si fa una salsa composta di un po' di lardo tritato, del brodo, del prezzemolo trito e dei funghi sminuzzati, che si versa nel mezzo di ciascun carciofo. Si pongono poi nel forno a calore mitissimo, per tre quarti d'ora (più o meno a seconda del grado di calore del forno) e prima di servirli, si leva loro il prosciutto. Se si vuole, si bagnano anche di salsa all'olandese.

41. — Carciofi ripieni.

Si fanno bollire i carciofi e poi si sgocciolano. Si prepara un ripieno di carne di pollo, prosciutto cotto, qualche cucchiaiata di panna, del prezzemolo tritato, un pizzico di pepe, di sale e della noce moscata, col quale si riempiono i carciofi ponendoli poi in una padella spalmata di burro e facendoli cuocere nel forno per quindici minuti. Si servono caldi.

42. — Carciofi fritti.

Dopo aver tagliati a pezzetti i carciofi lavati e sgocciolati, si pongono in una terrina con sale, pepe, olio d'oliva e una stilla d'aceto.

Si prepara una pasta composta di farina, acqua, un uovo intero e due tuorli e in questa s'immergono i pezzetti di carciofi e si fanno friggere in burro ed olio. Si schierano poi su un piatto coperto da una salvietta aggiungendovi una guernizione di prezzemolo fritto. Si servono caldissimi.

43. — Zuppa di carciofi.

Si prendono 3 carciofi e si mettono nell'acqua bollente per una quarantina di minuti, levandoli poi dal fuoco per tagliuzzarli a pezzi e passarli per lo staccio, dopo

averli naturalmente asciugati. In una pentola si porrà a bollire un litro di latte e vi si uniranno i carciofi, assieme a un mezz'etto di burro, tre cucchiaiate di farina mescolando poi il tutto fino a che il latte si addensa. Vi si aggiungerà sale e pepe tornando a far cuocere per dieci minuti e ponendo in tavola la zuppa con pallottoline di carne di pollo galleggianti in essa.

Per ottenere le dette pallottoline, occorrono quattro cucchiaiate di carne di pollo cruda e triturata, pane grattugiato, l'albume d'un uovo, sale e pepe. Le pallottoline si metteranno nella pentola d'acqua bollente mano mano che si formeranno, facendole bollire per dieci minuti. Levate poi dall'acqua colla schiumarola, si metteranno nella zuppa.

44. — Carciofi alla Portoghese.

Fate bollire i carciofi nell'acqua salata e levate loro quasi tutte le foglie esterne, lasciando solamente intatti i cosi detti « cuori ».

Preparate dei pomidori rotondi, vuoti dei semi e del sugo e riempiti d'una salsa fatta con un etto di burro, funghi tritati, prezzemolo, sale, pepe, mollica di pane fresco e due tuorli d'uovo, ponete in questi i cuori dei carciofi e metteteli a cuocere nel forno.

45. — Carciofi alla Villeroy.

Fatti bollire i carciofi nell'acqua salata e levate loro le foglie dure per non tenere che i « cuori », immergeteli prima nell'uovo sbattuto e quindi nel pane grattugiato e poneteli a cuocere nel burro abbondante e bollente; servite con una salsa Villeroy.

46. — Carciofi in insalata.

Allorchè i carciofi sono cotti e raffeddati, si tagliano in quattro e si mettono in un'insalatiera, con qualche tartufo tagliato a fette. Si fa una *mayonnaise* liquida, alla quale si aggiunge un po' di cerfoglio. Si versa la salsa sui carciofi, si mescola delicatamente con un cucchiaio di legno e si serve.

47. — Crema di carciofi.

In una casseruola si fa cuocere un pezzo di burro della grossezza di un uovo con sale, pepe, un mazzetto d'erbe odorose e due grosse cipolle affettate e si dimena il tutto con un cucchiaio di legno fino a che le cipolle abbiano preso colore, poi nella casseruola si mettono i « cuori » dei carciofi e ci si versa tanto brodo quanto basta a coprirli. Si fa cuocere prima a fuoco vivo, per un quarto d'ora, poi adagio adagio per tre quarti d'ora. Si levano i carciofi, si fanno sgocciolare e si pestano nel mortaio, aggiungendovi ogni tanto del brodo se la *purée* è troppo densa. Si rimette ogni cosa nella casseruola e vi si aggiunge un pizzico di zucchero, un pezzetto di burro e un mezzo bicchiere di crema. Si serve con crostini di pane.

48. — Carciofi alla Lucullo.

Si fanno cuocere i carciofi nell'acqua bollente salata; poi si tagliano a metà e si pone in ciascuna metà un ripieno composto di funghi cotti triturati, prezzemolo, mollica di pane, qualche cipollina cotta, sale e pepe. Si liscia la superficie dei carciofi con un piccolo coltello e si spolverizzano di cacio parmigiano. Così preparati si mettono nel forno caldo, poi si servono inaffiati di madera.

CARDI

(*Cynara cardunculus*).

Nomi stranieri — francese: *Cardon* — tedesco: *Carde* — inglese: *Cardoon* — fiammingo: *Kardoen* — danese: *Kardon* — spagnuolo e portoghese: *Cardo*.

Il cardo si semina ai primi di maggio in terreno sciolto, grasso e profondo e lo si raccoglie in novembre dopo averlo imbiancato in agosto e settembre, affinchè abbia a conservarsi impagliato tutto l'inverno. I cardi imbianchiti riescono un cibo sano e delicato; si preparano in diversi modi: cotti al burro con cacio parmigiano, ed

anche, se teneri, crudi con olio, pepe e sale, togliendo loro la pellicola esterna e i filamenti.

Dei cardi si coltivano diverse varietà: il *cardo avorio*, il *cardo pieno senza spine (inerme)*, il *cardo a coste piene spinose*, il *cardo di Spagna*, il *cardo di Bologna*, il *cardo di Chieti*, e il *cardo milanese* molto voluminoso, a pezioli grossi.

49. — Cardi alla salsa.

Si prendono i cardi crudi e, tolta loro la pellicola esterna e i filamenti più tenaci, si pongono in una insalatiera e vi si versa sopra una salsa composta d'olio fino, aglio triturato, acciughe e tartufi bianchi. Questo cibo è molto gradevole e stimolante.

50. — Cardi alla milanese.

Si prende un chilo di cardi, si leva loro la pellicola, e si fanno imbianchire nell'acqua bollente, immergendoli poi nell'acqua fredda affinchè rimangano bianchi quindi si pongono ad asciugare sopra un pannolino di bucato.

In una casseruola, in cui si sia fatto dileguare un etto di burro si porrà uno strato di cardi, poi uno strato di parmigiano grattugiato (25 grammi), sale e salsa *béchamel*, quindi un terzo strato di cardi. Si fanno cuocere con fuoco sopra e sotto.

51. — Cardi in salsa bianca.

In una casseruola si porrà un etto di burro fresco, una cipolla tagliuzzata in croce ed una carota tagliata a fette. Cipolla e carota saranno levate dopo dieci minuti, e vi si unirà, mescolando sempre, una cucchiaiata di farina, bagnandola con brodo od acqua salata. Appena che il brodo o l'acqua, bolliranno, vi si getteranno dentro i cardi puliti e tagliuzzati per lasciarli cuocere a dovere. Si servono caldi.

52. — Cardi trippati.

Si fanno cuocere i cardi nell'acqua bollente, poi si fanno friggere in una padella con burro e cipolla, bagnandoli di brodo. Prima di servirli in tavola, vi si versa sopra del burro tostato e molto formaggio grattugiato.

CAROTE

(*Daucus carota*).

Nomi stranieri — francese: *Carotte* — tedesco: *Möhre* — inglese: *Carrot* — fiammingo: *Wortel* — olandese: *Peen* — danese: *Guleroden* — spagnuolo: *Zanahoria* — portoghese: *Cenoura.*

Ognuno sa quanto sia utile nella cucina questa radice carnosa; essa riesce eccellente nelle fritture, nelle zuppe, nella *purée,* colle carni e come piatto dolce. La carota prospera in terra un po' silicea e permeabile all'acqua. La seminagione si fa da febbraio a luglio alla volata, dimodochè questa radice si può avere con molta facilità tutto l'anno.

In altri paesi, le carote servono ad usi assai diversi dai nostri; per esempio, confettate con lo zucchero, tostate per mescolarle col caffè e alcuni ne adoperano i semi per aromatizzare la birra.

Vi sono molte varietà di carote: la *carota rossa quarantina,* la *carota rossa parigina,* la *carota rossa mezzana a punta,* la *carota rossa mezza lunga senza cuore,* la *carota rossa di Nantes,* la *carota rossa lunga,* la *carota bianca dei Vosgi,* la *carota rossa pallida di Fiandra,* la *carota gialla lunga,* la *carota bianca lunga,* varietà da foraggio, e la *carota bianca a colletto verde,* altra varietà da foraggio.

53. — Carote alla béchamel.

Si raschiano per bene sei od otto carote grosse, si lavano e si tagliuzzano a fette sottilissime, lasciandole cuocere lentamente in una casseruola, con mezzo etto di burro, sale e pepe, e mischiando continuamente.

In un'altra casseruola si mettono 30 grammi di burro, 30 grammi di farina bianca, due bicchieri di panna e latte e sale a sufficienza. Fatta cuocere la salsa per dieci minuti circa, la si versa sulle carote, facendo scaldare la massa senza però che abbia a levare il bollore.

54. — Carote alla casalinga.

Si tagliano a fettoline delle carote tenere, si mettono in una pentola ad acqua bollente e sale, lasciandovele alcuni minuti. Si sgocciolano e si pongono in una casseruola con mezzo etto di burro, sale e pepe. Vi si aggiunge man mano un po' di farina, un po' di brodo o d'acqua, lasciandole bollire, badando però che non abbiano a disfarsi. Levate dal fuoco, vi si versa sopra una salsa composta di due tuorli d'uovo, il sugo di mezzo limone e un po' di prezzemolo. (La salsa è a piacere, poichè le carote sono ottime anche cotte semplicemente come s'è detto sopra).

55. — Carote all'aceto.

Si prendono sei grosse carote, si raschiano e si lavano nell'acqua fredda, si tagliuzzano, poi si gettano in una pentola d'acqua bollente e si fanno bollire finchè diventano tenere.

Quindi si asciugano e si mettono in una terrina, versandovi sopra aceto freddo e unendovi un po' di cipolla, due foglie di lauro e un poco di sedano.

Alcune ore dopo si possono servire, formando queste carote una guarnizione eccellente per la carne fredda, oppure un eccellente antipasto.

56. — Carote alla salsiccia.

Si affettano otto o dieci carote pulite per bene e cotte nel brodo. Si mettono a fuoco dolce in una casseruola per circa quindici minuti con mezz'etto di burro, sale e pepe. Poi si dispone nella casseruola della salsiccia (tre ettogrammi) ravvivando il fuoco, e appena hanno preso colore, si servono.

57. — Carote allo zucchero.

Si prendono delle carote novelle e si fanno imbianchire, dopo d'averle tagliuzzate a pezzi. Deposte in una casseruola, vi si aggiunge mezz'etto di burro, un poco di sale e un poco d'acqua. Cotte che siano le carote vi si versa un bicchiere di crema, vi si unisce mezz'etto di zucchero in polvere e si ripone sul fuoco la casseruola, avvertendo di non lasciar bollire. Si serve caldo.

58. — Carote giulebbate.

Si prendono otto o dieci carote bellissime, si leva loro il midollo, quindi si tagliano in tante listerelle lunghe un pollice, facendole bollire cinque minuti in acqua, per far loro perdere l'acre.

Sgocciolate che siano in uno staccio si metteranno in una casseruola con un etto di zucchero, la scorza di un limone ben trita e acqua appena sufficiente per coprire il tutto.

Allora che il giulebbe, mediante la bollitura, si sarà ridotto alla dose di una cucchiaiata, si spremerà sopra le carote il sugo d'un limone e si potranno servire fredde col manzo, pollo, vitello, arrosto, ecc.

59. — Charlotte di carote.

Si preparano le carote come per le « Carote giulebbate » poi si versano in uno stampo coperto interamente di fette di pan francese unte di burro e si fa cuocere con fuoco sopra e sotto.

60. — Carote in stufato.

Si prende un chilo di carote belle, si tagliano a pezzetti e si fanno cuocere non troppo nell'acqua bollente. In una casseruola si prepara intanto un etto di burro, due quinti di brodo e due cucchiaiate di zucchero che si fanno bollire rapidamente per circa dieci minuti. Si leva il composto dal fuoco, vi si aggiungono due tuorli d'uovo ben sbattuti e caldo si versa poi sopra le carote.

61. — **Carote alla Maître d'hôtel.**

Si prendono delle carote novelle, si raschiano, si tagliano in due o in quattro se sono grosse, si lavano e si mettono in una casseruola con poco burro, del prezzemolo e due cipolle tagliate; si salano bene e si fanno cuocere, prima a fuoco vivo per dieci minuti, poi adagio.

62. — **Carote alla tedesca.**

Preparate delle carote tagliate a rotelle, ponetele in una casseruola con mezzo etto di burro e cotte che siano aggiungetevi dei piselli cotti nell'acqua salata e dopo dieci minuti, servite, come verdura di contorno.

63. — **Purée di carote.**

Si fanno cuocere molto le carote con del burro e brodo, finchè sien quasi disfatte. Quindi si passano allo staccio e si rimettono a fuoco, aggiungendovi nuovo burro, sale e pepe. Si servono con crostini di pane.

64. — **Marmellata di carote.**

Si prenderanno tre chili di carote novelle e si faranno bollire dopo averle naturalmente lavate. Asciugate e sbucciate si passeranno per lo staccio, mettendole in una terrina con mezzo chilo di zucchero, mezzo litro d'acqua, ed un poco di scorza di limone o d'arancio grattugiata, un piccolo pezzo di radice di zenzero e due foglie di lauro. Si farà bollire lentamente il composto finchè si raddensi e poscia lo si servirà.

65. — **Poddingo di carote.**

Si faranno cuocere in acqua salata tre o quattro etti di belle carote, quindi si passeranno allo staccio. Questa *purée* si porrà a friggere in una casseruola con mezz'etto di burro e cinque minuti dopo vi si aggiungerà un bicchiere di vino bianco, due cucchiaiate di zucchero, due amaretti frantumati, un mostaccino pesto, la raschiatura di un limone, due mandorle amare peste e tre tuorli

d'uova. Si mescolerà per bene il tutto, lasciandolo coagulare ad un mite grado di calore, e freddata la massa vi si uniranno quattro albumi d'uova ben bene sbattuti, versandola poi in uno stampo spalmato di burro e facendo cuocere tutto il composto a bagnomaria per circa trenta minuti con sopra un coperchio bene cosparso di brace.

66. — Salsa di carote.

Fra le tante salse anche quella composta colle carote è eccellente. Il procedimento è semplice: si facciano passare allo staccio le carote cotte e vi si unisca a piacere aceto e zucchero.

67. — Torta di carote.

Si faranno cuocere in acqua, otto o dieci carote con sufficiente sale, quindi si passeranno allo staccio asciugandole perfettamente in una casseruola ed aggiungendovi poi della fecola, fior d'arancio confettato, zucchero, due uova (uno per intero, e dell'altro il solo tuorlo) ed un etto di burro. Si prenda una forma, vi si versi il composto lasciando cuocere perfettamente e si avrà una torta squisita.

68. — Zuppa di carote composte.

Si facciano friggere in una casseruola, per un'ora e a fuoco lento, otto o dieci carote in fette sottili e una cipollina intera, due sedani tagliuzzati, un etto e mezzo di fagiuoli bianchi e freschi, un etto di burro, sale e pepe.

Dopo un'ora vi si aggiunge un litro e mezzo circa di brodo, lasciando cuocere per un'altra ora e mezza e passando poi il tutto allo staccio.

Ottenuta così un'eccellente *purée*, la si allungherà con tre litri di brodo, e vi si uniranno quindici grammi di zucchero facendo bollire per un'altra mezz'ora; poi si versa il tutto sulle fette di pane e si serve prontamente.

CAVOLI

(Brassica oleracea).

Nomi stranieri — francese: *Chou* — tedesco: *Kohl, kraut* — inglese: *Cabbage* — fiammingo ed olandese: *Kool* — danese: *Kaal* — spagnuolo: *Col* — portoghese: *Couve.*

Il cavolo, da tutti conosciuto, è l'ortaggio che attraversò maggiori secoli, senza punto perdere della sua antica rinomanza, e Columella scriveva, parlando dei cavoli:

> Di quella pianta il seme anco si sparge
> Che in tutto il mondo al pari e per la plebe
> Frondeggia in copia e per li re superbi.

Esso non è punto difficile da coltivare; si semina in aiuole, per poi, quando le piantine sono alte quindici centimetri circa, trapiantarle a dimora fissa in terreno ben concimato, lavorato ed in località arieggiata e soleggiata. Due sono le qualità: precoci e tardive. Le prime si seminano in febbraio e marzo per averle nell'estate, le seconde in aprile e maggio, per trapiantarle in agosto e raccoglierle in autunno e nel verno.

Le varietà di cavoli più conosciute sono: il *cavolo cappuccio,* il *cavolo verza riccio,* il *cavolo di Bruxelles,* il *cavolo chinese Petsai,* il *cavolo rapa,* il *cavolo Navone,* il *cavolo rutabaga* il *cavolbroccolo* e il *cavolfiore.* Vi è poi il *cavolo senza cesto* (*Brassica oleracea viridis acephala*) chiamato anche cavolo dei frati, ma lo si coltiva poco in Lombardia, quantunque le sue foglie si adoperino per gli usi domestici. Si dividono in cavoli a grandi foglie ed a foglie ricciute. Il cavolo ricciuto offre, per la tavola, le sue foglie per fregiare i piatti di frutta producendo bell'effetto. Le altre varietà sono dimenticate. Gli Egiziani erano convinti che il cavolo possedesse qualità straordinarie, e ne mangiavano ad ogni pasto. I Greci ed i Romani gli riconoscevano, fra le altre virtù, quella di preservare dall'ubbriachezza. Ippocrate aveva una predilezione per questo legume e ne prescriveva l'uso a' suoi malati come rimedio contro la colica e la paralisi. Parecchi

sommi filosofi dell'antichità, e specialmente Pitagora, celebrarono nei loro scritti i meriti straordinari del cavolo. Catone affermava ch'era un rimedio infallibile contro la peste.

69. — Cavoli cappucci alla crema.

Si sceglie un cavolo pesante e bianco, gli si levano le foglie esterne, lo si taglia in quarti e più, a norma della grossezza e lo si mette in acqua fredda per circa un'ora. Fatto ciò lo si asciuga e lo si pone in acqua bollente, lasciandovelo finchè essa si sia raffreddata (quindici minuti). Tolto da quest'acqua lo si pone in altra anch'essa bollente, coll'aggiunta di sale e pepe, tenendo la pentola ermeticamente chiusa. Cotto che sia il cavolo, lo si serve con salsa di crema o anche semplicemente con burro liquefatto, quale guernizione ad altro piatto separato, come lingua lessata, pollo, vitello, ecc.

70. — Cavoli di Bruxelles al limone e alla crema.

Si lavano i cavoli e si puliscono dalle foglie appassite, poi si gettano in acqua bollente con sale a sufficienza. Bastano venti minuti di cottura; fatti sgocciolare, si pongono su un piatto caldo. Frattanto si fa liquefare un etto di burro con aggiuntovi due cucchiaiate di farina, un po' di brodo o acqua; si mescola il tutto finchè bolle e vi si aggiunge in ultimo un po' di pepe e il sugo di due limoni. Si versa la salsa calda sui cavoli e si serve prontamente.

Desiderando farli alla crema, non si fa altro che versare sopra i cavoli, della crema.

71. — Cavoli di Bruxelles sautés.

Dopo la solita pulitura e lavatura si fanno bollire dei cavoli di Bruxelles. Asciugatili diligentemente, si pongono in una casseruola con un etto di burro e si fanno rosolare ben bene, aggiungendovi due cucchiaiate d'aceto, un po' di prezzemolo triturato, sale e pepe. Si servono caldissimi in tavola.

72. — Cavolo ripieno, all'Americana.

Si sceglie un bel cavolo e lo si pone a cuocere intero in una pentola d'acqua bollente. Quindici minuti di bollitura, bastano. Lo si leva dalla pentola e poi si rinnova la cottura in altra acqua bollente per una mezz'ora e intanto si prepara il seguente composto: si pone in acqua fredda un quinto di riso e poi lo si fa bollire per 20 minuti; aggiungendovi un etto di salsiccia triturata, prezzemolo, il sugo d'un limone e pepe. Si mischia per bene il composto, s'asciuga il cavolo spremendone ben bene l'acqua, lo si apre nel mezzo e vi si pone entro una mezza cucchiaiata di ripieno, piegandovi sopra due o tre foglioline e si continua così finchè il cavolo sia ripieno in tutte le sue foglie. Si avrà poi cura di comprimere il cavolo stesso con garbo, di legarlo ed avvolgerlo in un pezzo di tela, e di metterlo in una casseruola d'acqua salata bollente per la necessaria cottura. Ciò fatto, si toglie la tela, si pone il cavolo in un piatto concavo e si serve prontamente.

73. — Cavolo fritto.

Si lavi e si tagliuzzi per bene un cavolo, lo si ponga in acqua bollente salata facendolo cuocere per venti minuti, indi lo si asciughi. Lo si rimetta a fuoco, posto in una casseruola, con un etto di burro, due cucchiaiate d'aceto, sale e pepe, rimescolando il cavolo finchè abbia a divenire ben caldo. Lo si serve prontamente assieme ad un piatto di carne, pollo, ecc.

74. — Cavolo marino al burro.

Questo cavolo, che nasce spontaneo sulle coste marittime del mezzodì della Francia, dell'Italia e dell'Inghilterra, ha il sapore dell'asparagio.

Si fa bollire nell'acqua, si sgocciola e si condisce con un etto di burro ben tostato, sale e pepe.

75. — Cavolo in salsa piccante.

Si prenderanno due o tre cavoli, si triturerano per bene, vi si aggiungerà una grossa cipolla pure triturata, due peperoni rossi e due verdi tagliuzzati in piccole strisce (la cipolla si può anche ommettere). Di questi cavoli se ne metterà quindi uno strato in una terrina, aspergendoli di sale, (il necessario), sopra il sale si porrà un altro strato di cavoli e così via via fino a che si hanno cavoli tagliuzzati, Si coprirà la terrina, la si lascierà in riposo per tutta una notte e il giorno dopo si scoleranno per bene i cavoli in uno staccio premendoli leggermente, tornando poi a rimetterli nella terrina in modo da formare uno strato di cavoli ed uno di semi di senape e di chiodi di garofani, sino a che la terrina sia piena. Si copriranno i cavoli con buon aceto, rinnovandolo di tanto in tanto finchè il cavolo ne sia bene penetrato.

Questi cavoli così preparati si possono anche tenere conservati per sei o sette giorni.

76. — Cavolo in stufato.

Si taglia a pezzi un piccolo cavolo e lo si lascia in acqua fredda per alcun tempo, poi lo si asciuga e levata la parte dura lo si tritura Posto in una terrina, con sale a discrezione, lo si fa bollire per quindici o venti minuti, poscia, sgocciolato, lo si pone in un piatto caldo e vi si versa sopra della buona salsa di pomidoro, o del buon intingolo di stufato.

77. — Cavolo pasticciato o Slaw freddo.

Si tagliuzzerà un cavolo e lo si farà cuocere in una pentola. In una casseruola si farà bollire intanto un poco di aceto al quale si uniranno due uova ben bene sbattute, mezzo quinto di panna brusca ed un poco di burro. Si mescolerà continuamente il composto e allorquando bolle vi si aggiungerà sale e pepe e lo si verserà poi sul cavolo cotto a parte. Si serve freddo.

78. — Cavolo rosso alla fiamminga.

Tolte le foglie esterne ad un cavolo rosso, lo si taglierà a pezzi e posto in acqua bollente ivi lo si lascierà per quindici minuti. Ciò fatto lo si asciugherà per poi rimetterlo in una casseruola con un etto di burro, una cipolla tagliuzzata, una foglia di lauro, due chiovi di garofano, un poco di sale e pepe. Si farà bollire lentamente per circa mezz'ora o più se abbisogna, avendo cura di mescolare frequentemente. Giunto a buona cottura, si leveranno le foglie di lauro, e si servirà subito in tavola.

Al cavolo non si deve aggiungere nè acqua nè brodo.

79. — Cavolo rosso alla tedesca.

Si levano le foglie appassite a due piccoli cavoli rossi quindi si tagliuzzano a fette. Si pone in una padella grande un etto di burro e rosolato che sia, vi si mettono le fette dei cavoli, aggiungendovi un po'di sale, tre cucchiaiate d'aceto e una cipolla triturata. Si copre la padella e la si pone a fuoco moderato facendo cuocere per un'ora. Si serve in tavola caldissimo.

80. — Cavoli-verze alla cappuccina.

In una casseruola si fanno friggere, con un po' d'olio d'oliva, burro e prezzemolo trito, tre acciughe diliscate e tritate finamente. Appena l'unto è rosolato, vi si uniscono i cavoli-verze i quali saranno stati cotti a parte in molt'acqua bollente ben spremuti e tagliuzzati, lasciandoli cuocere lentamente con sale e pepe.

81. — Cavoli-verze in concia.

Si fanno cuocere in acqua bollente i cavoli-verze, si asciugano e si mettono a friggere con un etto di lardo, un po' di listerelle di ventresca di lardo venata, aglio e prezzemolo trito.

82. — Cavoli-verze ripieni.

Si faccia bollire in una pentola dell'acqua salata, ed al momento dell'ebollizione vi si metta un cavolo-verza già mondato e bianco, levandolo però appena che esso avrà raggiunto la mezza cottura.

Su di un panno bianco si stenderanno e si allargheranno le foglie di questo cavolo avendo la precauzione di non romperle, e tolto loro di mezzo il così detto *sciolo* si metteranno a sgocciolare sopra una tavola.

Frattanto si farà un ripieno composto di carne cotta di manzo o pollo, qualche tartufo, pignoli triti con uva passa, poco sale, una o due uova e lo si porrà nel mezzo di ciascuna foglia coprendolo colla foglia stessa e legandolo con un filo in modo da formare come specie di polpettine La forma di queste polpettine può essere a piacere.

In una casseruola si porrà poi un poco di burro (30 grammi circa) e tosto che sarà rosolato vi si uniranno le verze ripiene, previa dapprima una buona infarinata, aggiungendovi un poco di brodo per terminare la cottura.

Si servono così, oppure anche con zabaglione caldo.

Se si voglion fare le verze ripiene di magro, non si ha che sostituire alla carne, del pesce cotto disfatto, unendovi rane, code di gamberi, rossi d'uovi duri cogli altri ingredienti, ed invece del brodo di manzo, vi si pone quello di pesce.

88. — Cavoli in verzata.

La verzata può essere ammannita tanto nei giorni di grasso che di magro; i cavoli che si devono adoperare devono essere puliti dalle foglie inutili e dalle parti grosse, poi lavati in più acque e quindi posti in una casseruola con due o tre spicchi d'aglio ben triturati, del prezzemolo, un pizzico di finocchio e settantacinque grammi di burro. Si fa cuocere tutto a fuoco lento e quando il composto ha preso un bel colore, vi si aggiunge brodo naturale, se si fa verzata di grasso o brodo di pesce, se si fa di magro, oppure acqua pura debitamente salata.

Poco prima di levare dal fuoco la casseruola, vi si pongono 25 grammi di formaggio fino grattuggiato, si mescola ben bene e mentre si lascia bollire per un minuto o due, si preparano arrostite alcune fette di pane, che si mettono nella marmitta, versandovi poi le verze col brodo.

84. — Cavoli in frittura colle patate.

Si prendono dei cavoli e si fanno cuocere in acqua bollente, quindi si schiacciano e si uniscono a patate cotte e schiacciate, con sale, pepe e un po' di noce moscata, facendone delle frittelle tonde che poi si friggono

85. — Pane di cavoli.

Si puliscono e si lavano dei cavoli, schiacciandoli con forza per estrarne l'acqua, poi si tagliano e si salano. Si unge di burro una tortiera, si pone sul fondo di questa, uno strato di cavoli, poi sopra uno strato di salsiccia, alternando sempre finchè la tortiera è piena e terminando coi. cavoli. Coprire quindi l'ultimo strato di fette di lardo e mettere a cuocere nel forno in una casseruola chiusa, contenente acqua bastante per bagnare il terzo dell'altezza della tortiera. Allorchè il pane di cavoli è cotto, lo si versa in un piatto profondo e lo si inaffia di salsa spagnuola al madera.

86. — Cavoli all'Inglese.

Togliete al cavolo le foglie esterne e tagliatelo in quattro. Lavatelo e lasciatelo immerso per un quarto d'ora nell'acqua salata, per distruggere gli insetti che potrebbero trovarsi fra le foglie. Staccategli il torsolo, quindi gettatelo in una casseruola d'acqua bollente salata. Lasciate bollire fino a perfetta cottura, poi sgocciolatelo, premetelo con un piatto per estrarne tutta l'umidità e portatelo in tavola così. Gli Inglesi preferiscono i cavoli in tal guisa.

87. — Cavoli al lardo.

Un pezzo di lardo affumicato o di porco salato, bollito coi cavoli, comunica ad esso un eccellente aroma. Appena il cavolo è cotto, se ne orna la carne, tagliandolo a pezzi grossi.

88. — Cavoli in insalata.

Si levano le foglie esterne d'un cavolo e lo si taglia a quarti. Levatagli anche la parte dura interna si fa bol-

lire nell'acqua bollente per cinque minuti, onde imbianchirlo. Si sgocciola e lo si fa raffreddare nell'acqua fredda, si sgocciola di nuovo, si asciuga con un pannolino e lo si mette nell'insalatiera. Lo si condisce con olio, aceto, sale e pepe come un'insalata qualunque.

89. — Cavoli brasati.

Tagliate il cavolo in quattro, levategli il torsolo, il cuore, le foglie esteriori, sminuzzate ogni quarto, lavatelo in molt'acqua. In una casseruola ponete un etto di burro e tre cipolle (non troppo grosse) tagliate a fette e quando le cipolle son cotte (senz'essere rosolate) versate nella casseruola i cavoli ben asciugati Fate friggere per qualche minuto, poi aggiungete ai cavoli un bicchierino di cognac e due bicchieri di vino rosso. Mettete sale e pepe e lasciate cuocere dolcemente per due ore quindi servite.

90. — Cavoli con selvaggina.

Preparate esattamente i cavoli com'è detto nel paragrafo qui sopra « Cavoli brasati » ma nella casseruola ponete a cuocere con loro una pernice, o un fagiano, o una beccaccina, con guernizione di salsiccie. Allorchè tutto è cotto, si pone la selvaggina nel mezzo del piatto, e giro giro si dispongono i cavoli.

91. — Cavoli di Bruxelles coi marroni.

Sbucciate dei marroni freschi, poi gettateli nell'acqua bollente senza lasciarli bollire, per levar loro la seconda buccia. Quindi fateli cuocere nel brodo con una cipolla e un mazzettino d'erbe odorose. Allorchè son cotti, frammischiateli con precauzione, affinchè non si rompano, con dei cavoli di Bruxelles fritti com'è detto nella ricetta « Cavoli fritti. »

92. — Cavoli di Bruxelles in purée.

Si fanno cuocere a lungo i cavoli nell'acqua, quindi si tagliuzzano finissimi, si condiscono con sale e pepe e si fanno cuocere nuovamente con molto burro, e un po'di

salsa bianca (Béchamel). Devono essere densi e diluiti quando si servono.

93. — Cavoli salati o Sauer-Kraut.

I crauti si apparecchiano con qualunque specie di cavoli cappucci, ma si devono però preferire quelli bianchi. Il processo è il seguente: dopo aver tagliuzzato in sottilissime strisce tutti i cavoli che si vogliono adoperare, si porrà nel fondo di un gran vaso di terra o di un piccolo barile aperto da una parte, uno strato di sale, poi uno strato di cavoli di quindici centimetri di spessore, comprimendo mediante pestello di legno, fino a che si riducono quasi a metà altezza. Dopo si spalmerà un secondo strato di sale, quindi un altro di cavoli, comprimendoli come abbiamo indicato e continuando così sino a che il vaso o barile sia colmo a qualche centimetro dall'orlo. Si avrà cura di mescolare ad ogni strato di cappuccio anche un poco di pepe in grani, semi di cardi, oppure ginepro. Si ricordi che l'ultimo strato dev'essere solamente di sale, sul quale si porranno alcune foglie fresche intere, quindi il coperchio del barile, o un'assicella rotonda, se il recipiente è un vaso di terra. Sopra il coperchio sarà bene mettere alcune grosse pietre affine di impedire ai cappucci di sollevarsi durante la fermentazione. Allorquando questa principia, si forma nel recipiente un'acqua verdastra e fetida che sornuota e che necessita gettar via ogni quattro o cinque giorni nei primi momenti, e sostituirla poi con una quantità di salamoja, in modo che i cappucci ne sien sempre coperti per qualche centimetro. È necessario che i cappucci abbiano ad essere conservati in luogo dove non penetri il gelo e si usino per cibo dopo due mesi circa.

Ricordiamo che non si deve mai lasciare scoperto il barile allorchè si apre per estrarne una data quantità di cavoli da adoperarsi e che è necessario anche riporvi i soliti pesi. Tolti dal barile i cavoli si devono lavare successivamente nell'acqua fresca a più riprese, poi passarli in acqua bollente per toglier loro la salatura. Si condi-

scono con grasso d'arrosto o con lardo, salsiccie, ecc., umettandoli con brodo od acqua calda. Si faranno cuocere a fuoco lento per sei ore circa.

I cappucci sâlati sono un alimento sano e gradevole.

94. — Scaloppine di cavoli.

Si faccia bollire per venti minuti un mezzo cavolo, salandolo a piacere quindi lo si faccia sgocciolare su un pannolino.

Si metterà intanto in una padella mezz'etto di burro e liquefatto che sia, vi si aggiungeranno due cucchiai di farina e mezzo litro di latte, rimestando il tutto per bene finchè bolle. Si prepareranno anche quattro uova sode triturate e si aggiungeranno al burro e alla farina assieme ad un poco di sale e pepe. Si metterà poi il cavolo in una padella, versandovi sopra la salsa suindicata ed aspergendolo con pane grattugiato e si farà cuocere al forno a fuoco vivo per quindici minuti, oppure con fuoco sotto e sopra.

Si possono anche aspergere i cavoli con cacio parmigiano grattugiato o con altro cacio.

95. — Zuppa di cavoli.

Si faranno imbianchire per circa mezz'ora due bei cavoli, ai quali si sarà tolto tutto il fogliame verdastro. Raffreddati e sgocciolati, si porranno in una casseruola contenente un pezzo di vitello coperto di lardo fresco, due o tre carote tagliuzzate, ed una cipolla pur essa tritata finamente. Vi si aggiungerà del brodo e si faranno bollire per due ore; quando si riscontra che i cavoli si siano inteneriti si leveranno dal fuoco e si verseranno sul pane tostato o no, a piacere.

96. — Cavoli in crauti alla casalinga.

Si prende un cavolo crudo e si tagliuzza a striscioline sottilissime, si risciacqua parecchie volte, poi si mette a cuocere con un etto di burro; dopo un quarto d'ora

vi si aggiunge mezzo litro d'aceto, sale, e si fa cuocere lentamente. Si serve come contorno di salame cotto, carne, pollo, ecc. È assai gustoso ed eccitante.

CAVOLIBROCCOLI

(*Brassica oleracea cymosa*).

Nomi stranieri — francese: *Choux broccolis* — tedesco: *Brockoli* — inglese: *Cauliflower.*

Il Cavolobroccolo ha le foglie ondulate, molto rigide, in forza dei robusti pezioli e delle forti nervature mediane. Le varietà precoci si seminano in marzo e si consumano in agosto-settembre fin quasi al verno. Le varietà tardive seminate in luglio si utilizzano in primavera. Vi sono diverse varietà di broccoli, ma le più apprezzate sono: il *cavol broccolo* di Pasqua precocissimo; il *gigante tardivo;* quello a *cento teste* o *ramoso.* Vi è pure il *verdone,* quello *d'Inghilterra primaticcio* ed il *pavonazzo.* Il broccolo si allestisce in cucina in diverse maniere e cioè in insalata, al burro, fritto con salsa, ecc. È cibo molto saporito e se ne mangia il fiore ancora immaturo.

97. — Broccoli alla crema.

Si levino le foglie ed il torso ad un broccolo o due, secondo il bisogno, e lo si lasci in acqua fredda per mezz'ora. Poscia avvolto proprio il fiore (come suol dirsi) in un pezzo di tela affinchè non abbia a rompersi, lo si getti in acqua salata bollente per la durata di venti minuti circa. Cotto che sia il fiore lo si leverà dalla tela procurando di non romperlo e lo si porrà su di un piatto caldo colla base in alto. Vi si verserà poi all'ingiro un quinto o mezzo litro di salsa di crema caldissima e si servirà in tavola prontamente.

98. — Broccoli alla pastina.

I broccoli si possono cucinare colla pastina all'olio la quale si ottiene col far liquefare 25 o 30 grammi di burro unendovi una mezza cucchiaiata di fior di farina, un piz-

zico di sale, il sugo di un limone, olio d'oliva a proporzione e poca acqua, incorporando la sostanza con un chiaro d'uovo sbattuto e unendovi anche il tuorlo dell'uovo stesso. Composta così questa salsa la si verserà sopra i broccoli già cotti e preparati sul piatto.

I broccoli ed anche i cavolfiori così cucinati, si servono unitamente alle barbabietole con salsa composta di alici, capperi, prezzemolo, uno spicco d'aglio, il tutto ben tritato, con aggiuntovi un poco di sale, il sugo di un limone, olio ed aceto.

99. — **Broccoli in insalata.**

Dopo aver fatti cuocere nell'acqua salata e sgocciolati uno o due broccoli, a seconda del bisogno, si asciugheranno per bene con un pannolino disponendoli in un'insalatiera. Si preparerà a parte una buona salsa fatta con olio, aceto, capperi, due o tre acciughe stemperate e prezzemolo trito e la si verserà sui broccoli.

100. — **Broccoli alla salsa.**

Si facciano cuocere i broccoli in acqua bollente e salata e si lascino sgocciolare. Si prepari a parte una salsa fatta con un pezzo di burro appena dileguato, una cucchiaiata di farina, un bicchier d'acqua e poco sale, mischiando fin che bolle; vi si aggiungano due tuorli d'uova, il succo di mezzo limone, un pizzico di prezzemolo trito e si versi la salsa sui broccoli che si avrà avuto cura di tener caldi.

101. — **Broccoli in minestra.**

Si mette a bollire in acqua salata il broccolo; levato e sgocciolato si taglia a pezzetti e lo si unisce al brodo bollente, per servirlo con crostini di pane al burro.

102. — **Broccoli in salsa bianca.**

Anzitutto si devono levare ai broccoli le foglie, lasciando il solo fiore, quindi si mettono a bollire in acqua salata con un poco di farina. Giunti a giusta cottura (il che si

verifica col premerli colle dita), si leveranno dall'acqua e si faranno sgocciolare. Disposti sopra apposito piatto vi si verserà sopra la salsa seguente: Facciasi fondere in una casseruola un pezzetto di burro con sale, pepe, una cucchiaiata di farina, e, poco per volta, mescolando sempre, un bicchiere d'acqua bollente. Giunta la farina a cottura, si ritirerà la massa dal fuoco e la si legherà con un tuorlo d'uovo, sbattuto prima assieme a diverse goccie d'aceto (quattro o cinque) o meglio con un pezzetto di burro, non rimettendo però la salsa al fuoco. È un piatto gustosissimo.

CAVOLFIORI

(*Brassica botrytis*)

Nomi stranieri — francese: *Chou fleur* — tedesco: *Blumenkohl* — inglese: *Cauliflower.*

I cavolfiori si coltivano come i broccoli. Le loro varietà precoci si seminano da marzo a maggio e quelle tardive in luglio. La palla del cavolfiore non si forma che nei mesi freschi di primavera e d'autunno. La parte che si mangia e che chiamasi fiore, altro non è che un aggregato di peduncoli informi strettamente riuniti, che formano il corimbo tanto ricercato. Tra i cavolfiori sono rinomati: il *cavolfiore bianco primaticcio,* il *cavolfiore grosso precocissimo,* il *cavolfiore dell'imperatore,* il *cavolfiore di Castelsardo,* il *cavolfiore colossale d'inverno,* il *cavolfiore gigante di Napoli,* il *cavolfiore nano d'Erfurt,* il *cavolfiore palla di neve.*

103. — Cavolfiore alla crema.

Lavate in acqua fredda un bel cavolfiore, tagliategli il gambo ben vicino al fiore, levategli le foglie esterne e avvolto in un pezzo di tela, ponetelo in piedi in una pentola d'acqua bollente salata, facendolo bollire per mezz'ora. Lo si leverà dall'acqua colla massima cura, e toltagli la tela, lo si porrà su di un piatto colla testa del fiore in alto. Vi si verserà sopra la salsa di crema calda e si servirà prontamente.

104. — Cavolfiore alla salsa.

Fatto bollire un cavolfiore nel modo suesposto, lo si asciughi con cura e lo si ponga su di un piatto. Si farà intanto liquefare in una padella, mezz'etto di burro, al quale si aggiungerà una cucchiaiata di farina bianca, un quinto di latte, sale pepe e formaggio, rimestando il tutto finchè bolla. Questa salsa si verserà sul cavolfiore servendo prontamente.

105. — Cavolfiore cotto al forno.

Si prenderà un bel cavolfiore e lo si farà bollire nello stesso modo del cavolfiore alla crema. Asciugato che sia, lo si porrà sopra una tegghia e intanto si friggerà in una padella mezz'etto di burro, unendovi una cucchiaiata di farina, poi vi si metterà il latte (un quinto), mescolando continuamente finchè bolla, una foglia di lauro, un poco di prezzemolo trito, sale e pepe, ponendo tutto a cuocere per dieci minuti a bagnomaria. Dopo di che si leverà la foglia di lauro e si verserà la salsa sul cavolfiore, aspergendolo di pane grattugiato. Si porranno qua e là dei pezzi di burro e si farà cuocere a forno ardentissimo per dieci o quindici minuti.

106. — Cavolfiore in stufato.

Si scelga un bel cavolfiore, gli si levino le foglie esterne e lo si tagli in più pezzi, lavandolo per bene in acqua fredda. Lo si metta poi in una pentola ad acqua bollente con un pizzico di sale, facendolo bollire rapidamente (venti o venticinque minuti) affinchè abbia a diventar tenero. Tolto dall'acqua lo si pone su fette di pane abbrustolite col burro: versandovi sopra del burro liquefatto. In una padella si sarà preparata intanto la seguente salsa: mezzo etto di burro, una cucchiaiata di farina, un po' di brodo, sei funghi tritati, sale e pepe; levata la salsa dal fuoco, vi si aggiungono tre tuorli d'uovo sbattuti, il succo d'un limone e si versa il composto in giro e sopra il cavolfiore.

107. — Cavolfiore alla piemontese.

Lessato il cavolfiore in acqua salata e preparato sul piatto, vi si versa sopra una salsa, che si farà con una cipolletta, mezz'etto di capperi ed un'alice o due, il tutto ben trito. Si metterà a fuoco il composto con un poco di burro e di brodo, ponendovi anche qualche goccia di aceto e delle erbe aromatiche tritate finamente, facendo cuocere il tutto per alcuni minuti prima di servire.

Tra le erbe aromatiche da adoperarsi, le preferite sono: la menta peperita coltivata, il crescione, l'origano, la pimpinella, il ramerino, la santoreggia, il timo, ecc., delle quali terremo parola nella loro rubrica speciale.

108. — Cavolfiore in frittura.

Dopo aver fatto cuocere non interamente un cavolfiore diviso in pezzi, lo si fa sgocciolare e lo si mette su un piatto. Lo si condisce con sale, pepe, olio e qualche goccia di limone, si lascia marinare per un quarto d'ora, poi lo si sgocciola di nuovo e lo si immerge in una pasta formata di farina ed acqua, friggendolo a burro bollente.

109. — Cavolfiore in insalata.

Il cavolfiore che si fa in insalata non dev'essere troppo cotto, altrimenti diventa un purée. Lo si taglia a pezzi e lo si dispone nell'insalatiera con sale, pepe, cerfoglio o qualche altra erba aromatica, olio ed aceto.

110. — Cavolfiore in minestra.

Si fa bollire il cavolfiore, si lascia raffreddare e sgocciolare, si mette a fuoco il consommé con un poco di prezzemolo e vi s'unisce il cavolfiore tagliato a pezzetti.

111. — Cavolfiore alla salsa olandese.

Cotto il cavolfiore nell'acqua bollente e salata, lo si fa sgocciolare e poi lo si pone in un'insalatiera e si condisce con salsa olandese.

CECI

(*Cicer arietinum*).

Nomi stranieri — francese: *Pois chiche* — inglese: *Chick pea* — tedesco: *Kicher erbse* — spagnuolo: *Garbaugos* — portoghese: *Chicaro*.

I ceci si seminano in primavera in linee equidistanti fra esse, di cinquanta centimetri; non domandano altra cura che qualche colpo di zappa e fra tutte le leguminose son quelli che resistono meglio alla siccità.

Si raccolgono allorchè il chicco è tenero ancora, se si vogliono avere ceci sani e di facile cucinatura e si mangiano verdi e secchi; in Ispagna se ne fa un grande uso, ma causa le sostanze azotate che contengono in grande copia sono di difficile digestione; riescono molto buoni in *purée*. Da noi sono poco usati, si mangiano solo il due di novembre; nei paesi meridionali invece se ne consumano molti. Nel genovesato si fanno, colla farina di ceci, olio, sale ed acqua, i così detti tortellacci, ed una specie di pasta chiamata *panizze* che si frigge o si mette in stufato. Le varietà di ceci sono: i *ceci bianchi*, i *ceci a grano rosso* ed i *ceci a grano nero*. La seconda varietà serve come foraggio. I ceci servono anche a sofisticare il caffè.

La cucinatura del cece è alquanto difficile, ma si ottiene mettendoli a bagno la sera prima, facendoli cuocere molto, con acqua piovana se è possibile e mettendovi della cenere.

112. — Ceci in purée.

Si lascierà per una notte intera un chilo di ceci bianchi in una leggera lisciva tiepida. Il giorno dopo si faranno bollire per alcune ore in acqua e sale, quindi si lascieranno accanto al fuoco sino a che, bollendo sempre, si mostreranno teneri sotto le dita. Si passeranno poi allo staccio e la *purée* ottenuta, si condirà con poca panna e con un poco di cannella in polvere incorporandole ben bene alla poltiglia. Si metterà poi la *purée* in una tortiera

all'altezza di un dito trasverso, facendovi prendere colore mediante fuoco sotto e sopra e si servirà in tavola spolverizzato di zucchero. Naturalmente la tortiera dev'essere prima unta con buon burro.

CERFOGLIO

(*Scandix cerefolium*).

Nomi stranieri — francese: *Cerfeuil* — inglese *Chervil* — tedesco: *Kerbel* — fiammingo ed olandese: *Kervel* — danese: *Have kjorvel* — spagnuolo: *Perifollo* — portoghese: *Cerefolio.*

Il cerfoglio si può seminare tutto l'anno, siccome però soffre per l'eccessivo caldo, è bene seminarlo in luoghi ombreggiati, meno che in primavera presto e in autunno tardi. Si semina sul posto tutto l'anno in linee distanti 15 cm. e si raccoglie dopo sei settimane o due mesi.

È una pianta aromatica che s'adopera come eccitante e in insalata. Aromatizza molto le salse.

Il *cerfoglio ricciuto,* altra qualità, ha foglie molto frastagliate e di un effetto stupendo.

Viene da molti preferito per il suo odore aromatico e piacevole. Tutta la pianticella infatti ha un odore aromatico e gradevole e un sapore anisato che cresce col crescere della pianta e che si perde allora che dissecca. Nei brodi è ottimo condimento, così nelle vivande e nei legumi. I semi si adoperano per fare confetture.

113. — Cerfoglio fritto.

Per fare il cerfoglio fritto bisogna scegliere quello bulboso, che possiede principi farinacei. Allora lo si fa cuocere in acqua salata, poi lo si fa arrostire col burro. Si può anche friggerlo ravvolto nella pasta.

114. — Cerfoglio in minestra.

Si prepari cucinata quella quantità di cerfoglio che si desidera entro buon *consommé,* aggiungendovi un poco di zucchero. Si faccia cuocere in ottimo burro quel

numero di pezzetti di pane lucido, o comune, che si desidera o che sia richiesto dal numero dei commensali, ponendoli poi in apposita zuppiera, entro la quale si verserà bollente il *consommé* suindicato.

CICORIA o RADICCHIO

(*Cichorium intybus*).

Nomi stranieri — francese: *Chicorée sauvage* — tedesco: *Wilde cichorie* — danese: *Sichorie* — inglese: *Chicory* — spagnuolo: *Achicoria amarga o agreste* — portoghese: *Chicoria*.

La cicoria è una delle migliori e più salubri insalate. Non richiede nessuna cura di coltivazione, tranne che inaffiamento. Diremo due parole sulla sua coltivazione.

Si semina in tutte le stagioni dell'anno, usandone al bisogno. Da questa specie provengono le varietà: *Barba di cappuccino* ed a *grosse radici* di Bruxelles. — La *Barba di cappuccino* è la *cicoria* che si estirpa in novembre ed alla quale si levano le foglie meno il germoglio, collocando le radici fra terra o sabbia in cantina, dove vegeteranno foglie quasi bianche che si consumeranno all'occorrenza. La *cicoria a grosse radici* di Bruxelles si semina alla fine di marzo; si usano in autunno le foglie, poscia interrando le radici in cantina o lasciandole dove crebbero, ma coprendole con paglia o strame, si ottiene una buona *cicoria* bianca a foglie tenere. Della cicoria si mangiano non solo le foglie, ma benanco le radici, tanto in insalata che cotte ed allestite come le radici di scorzonera. Ripetiamo che le varietà che più interessano per l'uso domestico sono: la *cicoria lunga da taglio;* quella *amara a radici* detta *barba cappuccina;* a *grosse radici* di Bruxelles; a *foglia completamente rossa* e la *Scariola* verde a grande cespo.

Diremo per ultimo che la cicoria si può mangiare tanto colle radici che colle sole foglie, e che si può farla cuocere e quindi servire per più piatti caldi, ben condita con burro, formaggio, aglio, ecc. Si può metterla anche nelle zuppe, nelle minestre, e usarla generalmente quando

è scottata nell'acqua bollente come gli spinaci. E pure un rimedio depurativo e tonico. Combatte, dicesi, lo scorbuto.

115. — Cicoria conservata.

La cicoria conservasi come l'acetosa, ma un processo buonissimo è il seguente: Dopo aver mondata per bene la cicoria, imbiancata, lavata, perfettamente asciugata e raffreddata, si porranno i successivi strati entro vasi di terra con uno strato di sale per ognuno di cicoria. Quando i vasi sono pieni e la cicoria è stata bene stivata mediante un pestello di legno, vi si stenderà sopra un ultimo strato di sale, e si lascieranno i vasi all'aria senza coprirli. Due giorni dopo, si verserà sulla cicoria un etto e mezzo di burro liquefatto od olio d'oliva e si chiuderanno i vasi con sughero coperto di pergamena o con una vescica, assicurandola con spago.

116. — Cicoria alla crema.

Cotta la cicoria in acqua bollente e salata, la si fa sgocciolare, la si preme per estrarne tutta l'umidità, poi la si taglia minutamente e la si pone in una casseruola con un pezzo di burro, sale, pepe, noce moscata, rimestando continuamente con un cucchiaio di legno, finchè è disseccata. Allora ci si versa un poco di salsa alla crema e un pizzico di zucchero e si serve.

117. — Insalata di cicoria.

Si lavano molto le foglie di cicoria, poi dopo averle messe nello scolatoio e asciugate bene, si pongono nell'insalatiera con pepe, sale, olio, aceto e una crosta di pane, sulla quale si sia strofinato uno spicchio d'aglio.

CIPOLLA

(*Allium cepa*).

Nomi stranieri: francese: *Ognon* — tedesco: *Zwiebel* — inglese: *Onion* — fiammingo: *Ajuin* — olandese: *Uijen* — danese: *Rodlog* — spagnuolo: *Cebolla* — portoghese: *Cebola*.

La cipolla preferisce i climi temperati ed i terreni sciolti e freschi, ben lavorati e concimati abbondantemente. Si semina alla volata in febbraio e marzo e si trapianta in aprile, per le varietà precoci; per quelle d'inverno si semina in agosto, si trapianta in ottobre, ed in giugno si fa la raccolta.

Le cipolle entrano in gran parte nelle salse, nei condimenti, nelle insalate e sono diuretiche.

La cipolla è originaria dell'Egitto. Gli antichi avevano una venerazione particolare per questo legume, di cui facevano il loro principale nutrimento. Essa ha proprietà igieniche: affettata e posta in un piatto è considerata come un buon disinfettante nella camera d'un ammalato; bollita e in *purée*, costituisce un eccellente sonnifero; le si attribuisce la proprietà di combattere l'intossicamento e di dissipare i vapori dell'ubbriachezza. Gli Egiziani ne avevano fatto un Dio, i Normanni le attaccavano al collo dei fanciulli per preservarli dalle convulsioni.

La cipolla ha questa particolarità, che allorquando si taglia, sviluppa un gas che eccita le glandole lacrimali; questo curioso fenomeno può essere attenuato ponendo un pezzetto di pane sulla punta del coltello di cui ci si serve per tagliare la cipolla. La pellicola delle cipolle serve a colorare in giallo le uova di Pasqua.

Ci sono molte qualità di cipolle: la *cipolla grossa bianca*, la *cipolla bianca d'Olanda*, la *cipolla catavissa dell'Egitto*, la *cipolla comasca*, di gusto squisitissimo, la *cipolla di Barletta*, la *cipolla di Madera*, la *cipolla gigante di Roccadorata*, *la cipolla giallo rossiccia di Milano*, la *grossa periforme di San Lorenzo*, la *cipolletta merveille blanche*, la *cipolletta della regina*, la *cipolla inglese*.

118. — Cipolle al forno.

Si faranno lessare le cipolle (un mezzo chilo), poi si metteranno in casseruola con burro (mezz'etto), un poco di farina sugo di carne e si farà loro prendere un bel colore d'oro. Vi si aggiungerà vino bianco (un quinto) o brodo, e si lascierà ultimare la cottura, aggiungendovi pepe e noce moscata. Si faccia concentrare il liquido e si serva prontamente.

Le cipolle così cotte, si pongono anche al forno, mettendole poi in un piatto e spruzzandole con formaggio parmigiano e burro, facendole crostare. Preso il colore d'oro, si servono in tavola caldissime.

119. — Cipolle ripiene.

Si facciano cuocere per un'ora e senza sbucciarle sei grosse cipolle. Scolate che siano, si torrà loro la pelle e con un coltello affilato si leverà la parte interna e si disporrà per il seguente ripieno: si prenda un etto di prosciutto o lingua cotta e si triti per bene, vi si aggiunga del pane grattugiato, un poco di burro liquefatto, una cucchiaiata o due di panna, un poco di sale ed un pizzico di pepe e si mescoli il composto tanto da formarne una pasta. Con essa si riempiranno le cipolle che si collocheranno in una padella, aspergendole ancora con salsa, al burro e pane grattugiato e facendole cuocere lentamente con fuoco sotto e sopra e meglio al forno. Al momento di servirle in tavola, vi si verserà sopra della salsa alla crema. Possono essere servite anche con pollame, arrosto, uccelli.

120. — Cipolle glacées.

Sbucciate dodici cipolle grosse e belle, si getteranno in acqua bollente per venti minuti circa. Scolate, si metteranno in acqua fredda per levar loro le prime due buccie e anche l'interno, in maniera da lasciarvi un buco della grandezza di circa una noce. In una padella si porrà un etto di burro e quindi le cipolle, disposte in modo

che vi possa mettere nel mezzo d'ognuna, un cucchiaino di zucchero; si lascieranno poi cuocere lentamente sino a che sieno molli e un pochino colorite e a poco a poco vi si aggiungerà del brodo eccellente, lasciandolo ridurre sino alla densità di uno sciroppo e tenendo chiusa la padella. Aspergendo le cipolle con questo sciroppo, si faranno *glacer* perfettamente e si serviranno come guarnizione al roast-beaf, alle bistecche, ai polli, ecc.

121. — Cipolle in insalata.

Si sbucciano e si tagliano a fette due grossissime cipolle, gettandole poi in acqua fredda per venti minuti, Sgocciolate e asciugate con un pannolino si dispongono in un'insalatiera, versandovi sopra la salsa alla francese. Ci si possono unire dei citrioli.

122. — Cipolle in stufato.

Si sbucciano delle cipolle e si mettono in acqua fredda; poi tolte dall'acqua si dispongono in una casseruola, coprendole di brodo; se sono novelle basterà un'ora di cottura, altrimenti ce ne vorranno due. Cotte e sgocciolate si dispongono su un piatto e ci si versa sopra una salsa fatta con mezz'etto di burro liquefatto, una cucchiaiata di farina ed un quinto di brodo e si servono calde.

123. — Zuppa di cipolle.

Prendansi tre grosse cipolle, si sbuccino e quindi si taglino a fette. Si ponga mezz'etto di burro in una padella e liquefatto che sia vi si aggiungano le cipolle. Quando queste sono prossime a rosolare, si levino dal fuoco immediatamente ponendole in un altro recipiente, ove già si saranno messi due litri di brodo, si faccia bollire lentamente per mezz'ora aggiungendovi un poco di sale e pepe; si passi tutto il composto per lo staccio e si serva caldissimo.

124. — Torta di cipolle.

Si prenderanno dodici bellissime cipolle grosse, che si faranno bollire per un'ora e dopo averle scolate si taglieranno

a fette. Se ne metterà quindi uno strato nel fondo di una tortiera aspersa di pane grattugiato, poi sopra le cipolle si formerà uno strato di formaggio con qualche pezzetto di burro, e si continuerà ad alternare i due strati sino a che la tortiera sarà piena, lasciando per ultimo uno strato di pane grattugiato. Vi si porranno sopra alcuni pezzetti di burro e circa mezzo quinto di crema, spolverizzando poi con sale e pepe e facendo cuocere a fuoco lento sotto e sopra per circa un'ora. Se si può far cuocere la torta al forno è meglio.

125. — **Sugo di cipolle con manzo.**

Si taglieranno a fette quattro grosse cipolle, colle quali si formerà sul fondo di una casseruola uno strato alto due dita; poi, lardellato un pezzo di manzo, insteccato di chiodi di garofani e salato a piacimento, lo si porrà sullo strato di cipolle, senza acqua nè altro. Si metterà la casseruola su brace di carbone minuta e la si chiuderà ermeticamente sovrapponendo al coperchio qualche peso e lasciando che la cottura si compia per bene in sei o sette ore. In questo caso il sugo della cipolla è ottimo perchè non fu abbrustolita.

126. — **Aceto di cipolle.**

Si sbuccieranno e si grattugieranno due cipolle di Milano grosse, oppure quattro delle comuni, si mescolerà con esse un poco di sale ed un poco di zucchero, e messe in un recipiente per due ore, vi si aggiungerà un litro di aceto. Questo composto si verserà poi in bottiglie, avendo cura di scuoterle giornalmente per due settimane. Trascorso questo periodo di tempo si scolerà il liquido a mezzo di una grossa tela, si imbottiglierà e si chiuderà ermeticamente. Questo aceto è ottimo per insalate e lo si può aggiungere alla salsa francese, invece dell'aceto semplice. È ottimo per lo stufato e per altri piatti dove si richiede un delicatissimo sapore di cipolla.

127. — Soffritto di cipolle.

Si mette in una casseruola alquanta cipolla trinciata ben fina, con burro ed erbe odorose, come sedano, prezzemolo, carote, pepe, ecc. Si bagna con acqua e brodo e vi si aggiungono droghe in polvere e spezie, come cannella, garofani, noce moscata, ecc., a piacere. Quando la cipolla è cotta, si fa prosciugare tutto l'umido per farle prendere un poco di colore, ma in modo però che non bruci. Questo soffritto è ottimo per tutte le salse.

Se deve servire per salsa colorata, allora si aggiunga un poco di sugo di pomidoro.

Se per una salsa legata, un pizzico di farina.

Si può unire alla cipolla anche qualche scalogno secondo il gusto.

Se la salsa a cui serve deve essere molto saporita, si unisce alla cipolla una fetta di prosciutto, che si toglie però al momento di servire il soffritto.

128. — Salsa di cipolline.

Si tagliuzzerà un dato numero di cipolline tanto che possano coprire un cucchiaio da tavola, si porranno in una casseruola unitamente ad una uguale quantità di aceto e un poco di pepe e si farà restringere il tutto a secco, mescolandovi poi succo alla spagnuola e brodo. Si avverte che questa salsa dev'essere chiara.

129. — Purée di cipolle.

Si prenderà una data quantità di cipolle e dopo di averle sbucciate e tagliuzzate, si metteranno al fuoco con burro (mezz'etto) facendo prendere loro un bel colore e aggiungendovi poi un poco di sale e droghe a piacimento. Si allungherà l'intingolo con buon brodo o sugo, e vi si uniranno anche tre tuorli d'uova assodate e del pane fritto nel burro. Si farà condensare il tutto e lo si passerà poi pel colatoio di latta pressando con un mestolo di legno ed aggiungendovi dell'altro brodo; allor che la *purée* sia ridotta alla densità di una crema, è pronta.

130. — Cipolle in frittura.

Sbucciate ed affettate a rotelle quattro o cinque cipolle, immergetele nella farina bianca, scuotetele finchè se ne sia andata la parte di farina non aderente e fatele friggere in burro bollente. Servitele guernite di prezzemolo.

131. — Cipolle per guernizione.

Dopo aver sbucciate le cipolle, si mettono per qualche minuto nell'acqua bollente e sgocciolate si dispongono in una casseruola con un etto di burro (per un chilo), sale, pepe, un poco di brodo e un pizzico di zucchero. Si adoperano queste cipolle come guernizione.

132. — Cipolle alla Soubise.

Sbucciate una dozzina di grosse cipolle, tagliatele a rotelle e mettetele in una casseruola con mezz'etto di burro, sale, pepe, una manciata di riso e copritele di brodo. Stendete sulla superficie della casseruola una carta imburrata, poi chiudetela ermeticamente e fate cuocere prima a fuoco vivo per un quarto d'ora e poi lentamente per un'ora. Allorchè le cipolle son cotte, passatele allo staccio, indi rimettetele così disciolte in casseruola e aggiungetevi una cucchiaiata di salsa bianca e un pezzo di burro.

133. — Conservazione delle cipolle.

Scegliere delle cipolline, sbucciarle, lavarle e farle cuocere per cinque minuti nell'acqua bollente salata. Raffreddate, si stendono su un pannolino per levar loro ogni umidità, quindi si mettono in un vaso, ricoprendole di aceto bianco e vi si lasciano per diciotto ore. Poi si tolgono di là e si pongono nei vasi appositi con del sale, del pimento rosso, del pepe, una foglia di lauro e un po' di macis. Si fa bollire l'aceto in cui furono immerse prima, lo si versa sulle cipolline, e si chiude ermeticamente il vaso.

134. — **Cipolle alla Provenzale.**

Si riducono le cipolle in *purée*, com'è detto nella ricetta « *Purée di cipolle* », poi, levata la *purée* dal fuoco, la si versa sopra delle costolette preparate in precedenza e si mette tutto nel forno per far prendere un colore dorato alla superficie della *purée*. E un piatto squisito.

135. — **Cipolle all'Inglese.**

Si tagliano le cipolle a grosse fette e si fanno bollire nel latte fino a completa cottura; poi si dispongono in un piatto con sale, pepe e un po' di noce moscata grattugiata. Queste cipolle, così condite, sono assai apprezzate dagli Inglesi e si servono col *gigot* di montone.

CITRIUOLI

(*Cucumis sativus*).

Nomi stranieri — francese: *Concombre* — tedesco: *Gurke* — inglese: *Cucumber* — fiammingo ed olandese: *Kokucommer* — danese: *Agurken* — spagnuolo: *Cohombro* — portoghese: *Pepino*.

Il citriuolo richiede terre ben letamate e terricciate, sulle quali si dispongono le sementi distanti fra loro circa un metro. Non appena hanno vegetato quattro foglie, sopra queste si mozza la pianta affinchè si sviluppino lateralmente altri piccoli rami che porteranno poi i frutti. I citriuoli si raccolgono quando hanno appena raggiunto la metà o i due terzi del loro sviluppo e in questo caso si mangiano in insalata; oppure si raccolgono quando son piccoli e allora si mettono sotto aceto. In Inghilterra, dove si fa gran consumo di citriuoli, se ne fa la coltura forzata in stufa col termosifone. Si conoscono molte varietà di citriuoli: il *citriuolo verde*, il *citriuolo d'Atene*, il *citriuolo lungo di Cardiff*, il *citriuolo bianco*, il *citriuolo giallo precoce*, il *citriuolo verde di Thagewerben*, il *citriuolo rampicante giapponese*, il *citriuolo tondo a pelle ruggine ricamato*.

136. — Conservazione dei citriuoli.

Per conservare i citrioli il meglio si è di porli sotto aceto, ma in Russia e specialmente in Polonia usano un altro mezzo e cioè li colgono quando hanno raggiunto circa un terzo della loro grossezza naturale e ben lavati, li mettono a strati in un recipiente di legno, coprendoli strato per strato, con sale, foglie di ciliegie e finocchio. Empito così il recipiente, vi versano dell'acqua pura, tanta quanta ce ne può stare e dopo quindici giorni i citriuoli son buoni a mangiarsi.

137. — Citriuoli alla comasca.

Si prenderanno due citriuoli, si monderanno, si taglieranno a finissime rotelle, mettendoli nel sale ed aggiungendovi pepe e aceto aromatizzato. Si tagliuzzerà poi a fette rotonde una cipolla e la si collocherà sui citriuoli, lasciando marinare il tutto per circa quindici minuti. Al momento di servire in tavola si leverà un quarto del condimento.

138. — Citriuoli alla crema.

Si prendano sei citriuoli, si taglino a quarti togliendo loro i semi e si pongano in acqua fredda per trenta minuti. Fatto questo si mettano poi in una casseruola con acqua bollente salata, e copertala si lascieranno cuocere i citriuoli per trenta minuti. Cotti che siano si porranno, col mezzo di uno schiumatoio sul piatto e intanto si farà liquefare in una casseruola un poco di burro al quale si aggiungerà una buona cucchiaiata di farina e mescolando ben bene anche un quinto di latte, sale e pepe. Si mescoli il composto finchè bolla e dopo si tolga la casseruola dal fuoco e si versi la salsa sopra i citriuoli, servendoli in tavola, con riquadri di pane fritti nel burro.

139. — Citriuoli alla panna.

Si tolga a quattro o cinque citriuoli la scorza e si taglino in due levando loro i semi, tagliuzzandoli poi a dadi e facendoli cuocere in acqua sino a che si schiac-

ciano fra le dita. Sgocciolati e poi spremuti in una salvietta per asciugarli bene, si uniranno alla seguente salsa: facciasi liquefare mezz'etto di burro con una cucchiaiata di farina, aggiungendovi sale e pepe, e mescolando il composto per bene, vi si unisca per ultimo un bicchiere di panna. Uniti i citriuoli a questa salsa, come si disse più sopra, si tornerà a far scaldare la massa senza che però abbia a bollire.

140. — Citriuoli ripieni.

Levata la scorza a dei citriuoli, si tagliano nel mezzo, togliendo loro la parte interna e si riempiono con un composto cotto qualunque, legando poi insieme le due parti divise. Si pone in una casseruola del lardo, delle carote, delle cipolline, prezzemolo, lauro, timo, sale e pepe; vi si mettono i citriuoli, inaffiati di *consommé*, si fa cuocere per cinque o sei minuti, poi si ritira la casseruola dal fuoco, e si fan sgocciolare i citriuoli. Al momento di servirli, si coprono di salsa spagnuola.

141. — Citriuoli in insalata.

Si leva la scorza a due citriuoli, si tagliano a fette e si gettano in acqua fredda per un'ora. Scolati ed asciugati, al momento di servirli in tavola si pongono in una insalatiera aspergendoli di sale e pepe. Si mischia per bene l'olio e l'aceto, in parti eguali sufficienti, e si vèrsa sui citriuoli servendoli poi prontamente.

Il pesce dovrebbe esser sempre accompagnato da questi citriuoli.

142. — Citriuoli in istufato.

Si monderanno alcuni citriuoli, quindi si tagliuzzeranno in quarti, togliendo loro i semi. In una padella si porrà mezz'etto di burro, una cipolla a fette e si farà friggere sino a che sarà rosolato ben bene e l'uno e l'altra, poi vi si metteranno i citriuoli, agitandoli con cura. Quando questi diventeranno d'un color bruno chiaro, si leveranno dalla padella con uno schiumatoio e al burro ri-

masto se ne aggiungerà dell'altro unitamente a un poco di brodo, sale e pepe. Si agiterà la massa fino a che bolla, quindi si tornerà ad unirvi i citriuoli che, coperti, si lasceranno cuocere lentamente per venti minuti. Si prepareranno poi delle fette di pane tostate nel burro e su queste si verseranno i citriuoli. Si possono servire con polli arrosto o pesce cotto nel forno.

143. — **Salsa di citriuoli.**

Si levi la scorza e i semi a due citriuoli grossi e maturi, si passi la polpa nello staccio, ed il sugo che si raccoglie lo si metta in una marmitta di terra, aggiungendovi un quarto di cucchiaio di pepe rosso, un quinto d'aceto, un poco di sale e circa mezz'etto di ramolaccio grattugiato. Questa salsa si mangia specialmente assieme al manzo, al vitello, al pollo, lessati, ecc. Si può benissimo conservarla, imbottigliandola perfettamente.

144. — **Insalata di citriuoli e pomidori.**

Si sbuccieranno e si tagliuzzeranno a fette due citriuoli e due grossi pomidori rossi, asciugandoli poi con un pannolino. Quindi si coprirà il fondo di un piatto con foglie di lattughe e sopra queste si porranno le fette di citriuolo e di pomodoro alternate sul piatto. Questa insalata si servirà con salsa alla francese a parte.

145. — **Citriuoli alla « poulette ».**

Si leva la scorza a tre citriuoli verdi, si tagliano a fette e si mettono in una terrina per due ore con una cucchiaiata di sale, un po' di zucchero in polvere e qualche goccia d'aceto.

Sgocciolati che siano si pongono in una casseruola con 75 grammi di burro, tre cucchiaiate di brodo, un pizzico di pepe, poco zucchero in polvere e una cipolla intera; si fanno cuocere i citriuoli per mezz'ora, aggiungendovi della salsa tedesca e qualche goccia di limone.

146. — **Citriuoli a mo' d'olive.**

Si leva la scorza a dei citriuoli e poi con un cucchiaio da legumi in forma d'oliva, si tagliano a guisa d'olive e si mettono in una terrina con del sale. Un'ora dopo si getta via l'acqua che i citriuoli hanno emesso, si fanno bollire nell'acqua salata e acidulata d'aceto e allorchè son cotti, si sgocciolano, e al momento di servirli, si spargono di salsa tedesca.

147. — **Citriuoli ripieni in zuppa.**

Dopo aver preparato dei citriuoli ripieni com'è detto nella ricetta « *Citrioli ripieni* », si lasciano raffreddare, poi si tagliano a fette trasversali e si pongono nel *consommé* bollente.

148. — **Citriuoli fritti.**

Levate la scorza a due citriuoli, tagliateli a pezzi, togliete loro la parte spugnosa e i semi e metteteli a marinare con un po' di sale per circa un'ora. Dopo fateli cuocere con mezz'etto di burro, un po' di brodo, una cucchiaiata di zucchero in polvere, una goccia d'aceto, un po' di pepe e due cipolle e sgocciolati che siano immergeteli nella pasta da friggere e gettateli in burro bollente.

CRESCIONE

(*Sisymbrium nasturtium*).

Nomi stranieri — francese: *Cresson de Fontaine* — inglese: *Water-Cres* — tedesco: *Brunnenkresse* — fiammingo e olandese: *Waterkers* — danese: *Brondkarsen* — spagnuolo: *Berro* — portoghese: *Agroião*.

Il crescione, detto anche *crescione acquatico* o *crescione gentile*, si coltiva pure negli orti, in posizione ombrosa ed in piccoli cespi che si dividono facilmente dalle piante madri, ed ivi si lasciano crescere senza tagliarli per qualche tempo, onde abbiano a moltiplicarsi. È ortaggio di sapore agro stuzzicante con cui si preparano insalate squisite come guarnizione alle carni arro-

stite e cotte. Le varietà più raccomandate per la cucina sono: il *crescione Alenois*, quello di *Fontana*, e a quella del *crescione gentile*.

DENTE DI LEONE O RADICCHIELLA

(*Taraxacum dens leonis*).

Nomi stranieri — francese: *Pissenlit* — inglese: *Dandelion* — tedesco: *Löwenzahn* — fiammingo: *Molsalaad* — danese: *Moekebte* — spagnuolo: *Diente de leon*.

Il dente di leone o radicchiella, prospera ovunque, fuorchè in terreni sabbiosi o torbosi. Si semina alquanto fitto in primavera e poi si trapianta in aprile mettendo le piantine a file distanti 25 cm. e si zappa il terreno una volta sola. Per imbianchire le foglie si coprono in ottobre con 15 cm. di terra e poi si tagliano per consumarle di mano in mano che spuntano dalla copertura. Il dente di leone sostituisce la cicoria specialmente d'inverno; si raccolgono i cauli tagliandoli al punto d'inserzione e levando loro le foglie fracide o non abbastanza bianche.

Si mangia il più sovente in insalata.

149. — Dente di leone lardeggiato.

Si leveranno le radici a due chilogrammi di *dente di leone* novello, perchè fiorito non è più commestibile. Lavate le foglie in parecchie acque fredde, si stilleranno, si asciugheranno e si tagliuzzeranno finamente mettendole in casseruola. Si sbatterà, poi a parte, un uovo aggiungendovi un quinto di crema e mescolando il composto sul fuoco sino a che abbiasi a condensare. Dopo di che vi si unirà pure un pezzo di burro della grandezza di una noce, due cucchiaiate di aceto, sale e pepe a piacere. Questa salsa, si verserà sulle foglie di dente di leone, mescolandole sempre sul fuoco fino a che saranno tenere ed increspate e si serviranno in tavola guernite di piccoli pezzi di lardo fritti.

150. — **Dente di leone alla tedesca.**

Si opererà per la lavatura, pulitura e quantità come si è detto per il « *dente di leone lardeggiato* ». Quindi si faranno friggere due etti di prosciutto tagliato a dadi con aggiuntovi una cucchiaiata d'aceto; e a questo prosciutto, quando avrà preso un bel colore bruno dorato, si unirà un uovo sbattuto con due cucchiaiate di panna e il sugo di una cipolla. In questo intingolo si metteranno poi le foglie di *dente di leone*, e mescolandole ancora sul fuoco per qualche minuto, si serviranno in tavola caldissime.

ERBA CIPOLLINA

(*Allium schaenoprasum*)

Nomi stranieri — francese: *Ciboulette* — tedesco: *Sohnittlauch* — inglese: *Chives* — fiammingo e olandese: *Bieslook* — spagnuolo: *Cebollino.*

La moltiplicazione di questa pianta si fa per divisione dei cespi, piantando in linee distanti dieci centimetri, oppure si fanno delle bordure, rinnovando però la piantagione ogni secondo anno. Il raccolto si fa recidendo col coltello le foglioline, e si può ripetere ogni quindici giorni. Le cure di coltivazione consistono nel mantenere il terreno soffice e pulito da male erbe.

È pianta indigena, vivace, come le cipolle. Le sue foglie hanno l'odore e il sapore della cipolla, ma più delicato; esse servono per dar gusto alle vivande, che richiedono quello delle cipolle non troppo pronunciato, ed alle insalate.

ERBA DI S. PIETRO

(*Tanacetum balsamita*).

È pianta perenne che cresce spontaneamente lungo le sponde del Mediterraneo e dell'Adriatico, e le cui foglie, chiamate in molti luoghi *Erba di S. Pietro*, servono in piccola dose per aromatizzare le insalate di lattughe, oppure si triturano con altre erbe per far delle frittate o delle zuppe di erbe al sugo.

FAGIUOLI

(*Phaseolus vulgaris*).

Nomi stranieri — francese: *haricot* — inglese: *Kidne or french bean* — tedesco: *Bohne* — fiammingo e olandese: *Boon* — danese: *Haveboumen* — portoghese: *Teijao.*

Se si considerano i fagiuoli sotto l'aspetto del loro modo di vegetazione, del loro sviluppo, come anche dei diversi modi con cui si possono adoperare riguardo all'economia domestica, si devono certo dividere in due grandi serie, cioè l'una dei *fagiuoli nani* e l'altra dei *rampicanti.* Ognuna di queste due serie può suddividersi in due distinti gruppi, cioè: 1.° i fagiuoli mangiatutto, e sono quelli che si mangiano unitamente ai baccelli in istato verde (cornetti); 2.° quelli i cui baccelli sono muniti nella parte interna di una pellicola o membrana dura, che li rende impropri a mangiarsi allo stato verde.

Per mezzo della coltivazione forzata e di quella protratta dei fagiuolini nani, si può ottenere per ben otto mesi dell'anno uno dei più delicati legumi da servirsi sulle nostre tavole.

L'uso dei fagiuoli è talmente esteso e conosciuto, che crediamo inutile estenderci soverchiamente a dimostrare l'utilità e l'importanza di questo legume, il quale, allo stato verde, figura degnamente come verdura sulle tavole, e giunto alla più perfetta maturanza, rende, per molti mesi, i più grandi servigi nelle cucine di tutte le classi.

Ben oltre trecento sono le varietà dei fagiuoli che si coltivano in Europa; ma noi accenneremo solo alle specie più perfezionate come quelle che possono in ogni caso soddisfare ai principali bisogni.

Fra i *fagiuoli rampicanti* citeremo il *fagiuolo Aquila*, il *Bianco piatto*, il *Soisson*, quello di *Spagna bianco*, di *Spagna colorato*, il *Varesotto*, il *Ciliegia del Giappone*, l'*Uovo di trota*, il *Valsesia*, il *Borlotto bianco tondo*, il *Borlotto grigio tondo* e l'*Intestino ovale bianco.*

Fra i *fagiuoli nani* le varietà più indicate sono: il

Borlotto nero, il *Re dei verdi*, il *Butirro bianco tondo*, il *Butirro nero oblungo*, il *Cento per uno*, quello dell'*Occhio*, il *Flageolet rognone di gallo*, il *Flageolet meraviglia di Francia*, il *Quarantino bianco oblungo*, quello *Butirro della China tondo giallo-paglierino* e il *Lima perfezionato*.

Quanto alla coltivazione, diremo brevemente che i fagiuoli richiedono un terreno sciolto, lavorato profondamente: la semina si comincia, al più tardi, verso la fine d'aprile e si continua fino a giugno. Si fa a buche e a file. Quando le prime foglie escono dal terreno, si sarchia; una seconda sarchiatura si fa quando i fagiuoli cominciano a mostrare i primi fiori. La nostra massaia può comprendere benissimo quanto importante sia il fagiuolo nella cucina, poichè accompagna il riso e fa l'allegria del minestrone; serve d'ornamento alle salsiccie, ai piatti di umido, serve come insalata, e si mette anche sotto aceto come i citriuoli: insomma i fagiuoli sono i migliori legumi tanto più se liberati dalla buccia e passati allo staccio. Vuolsi che la prima a cucinare i fagiuoli freschi, senza scorza e coll'aggiunta di aglio, aceto e sedano, sia stata Clorinda da Ello, bresciana. Approfittiamo dunque di questo legume nutriente e sappiamolo conservare.

151. — Conservazione dei fagiuoli.

Per conservare i fagioli allo stato di cornetti, cioè quando sono ancora verdi, basterà levar loro il filo, scottarli nell'acqua bollente leggermente salata, quindi levarli e metterli in quella fredda, facendoli poi asciugare alla stufa o all'aria, ma all'ombra e conservandoli poi all'asciutto. Per questo uso ricordiamo che i cornetti devono essere teneri e per farli rinverdire basterà metterli prima nell'acqua tiepida e poi a fuoco nell'acqua fredda.

Se invece si vogliono conservare i fagiuoli dopo che essi hanno raggiunto la loro perfetta maturanza, basterà farli seccare col semplice processo del sole, il che costa pochissimo.

Un altro ottimo sistema per conservare i fagiuoli allo

stato di cornetti è il seguente: si monderanno dapprima i cornetti e si getteranno mano mano nell'acqua fresca. Lavati per bene si faranno sgocciolare ponendoli poi in una terrina con sale, quindi si disporranno strato per strato, entro un vaso di vetro o di terra, ponendo alternativamente un po' di cornetti e un po' di sale, fino a che sia pieno il recipiente in modo però che il sale abbia ad essere spalmato sulla superficie. Si lascieranno così per il solo tempo necessario a che il sale si tramuti in acqua, e in seguito si copriranno di burro liquefatto, al quale, freddo che sia, si aggiungerà superiormente molto olio di oliva onde impedire il contatto dell'aria. Si abbia cura di chiudere ermeticamente il vaso e di tenerlo in luogo asciutto. Allorchè si desidera di servirsi di questi cornetti si porranno prima in acqua fresca per toglier loro il sale quindi si faranno cuocere entro un recipiente di terra. Non si dimentichi questo ultimo consiglio, perchè un recipiente stagnato non si confarebbe ai cornetti e potrebbero andare a male. I cornetti si possono anche conservare al carpione col seguente processo: Mondati per bene i cornetti, si metteranno a cuocere in acqua salata che abbia già levato il bollore. Cotti e freddati, si asciugheranno con un pannolino e quindi si faranno friggere con due etti di olio d'oliva, prezzemolo e salvia triturati, aggiungendovi in seguito un litro e mezzo di aceto e facendo bollire il tutto. Fatto questo si lascieranno freddare, e posti in un vaso di terra si copriranno col carpione.

I cornetti servono come condimento al manzo lessato, pollo, arrosti, ecc.

152. — Fagiuoli in croquets.

Si prenderanno dei fagiuoli in quella quantità che si reputerà necessaria e si faranno bollire a fuoco lento per circa un'ora. Cotti che siano, si passeranno per lo staccio aggiungendovi una cucchiaiata d'aceto, un altra di melissa, del sale, del pepe e circa un etto di burro fresco. Mescolato tutto il composto e fritto che sia con un po' di

burro lo si lascierà raffreddare, formandone poi delle pallottoline che si immergeranno nell'uovo, si copriranno di pane grattugiato finissimo e si faranno friggere con burro. Si servono caldissime in tavola.

153. — Fagiuoli alla fiorentina.

Si faccia cuocere a metà cottura, o poco più, entro acqua salata una data quantità di fagiuoli e cotti che siano e scolati si passino in una casseruola per farli confinare nel burro già rosolato per bene. Al momento di servirli in tavola vi si unirà la seguente salsa: Facciasi dileguare del burro (un etto) e dopo avergli levata diligentemente la schiuma vi s'unisca della farina mischiandola bene e si rimetta la casseruola al fuoco, aggiungendovi a poco a poco del brodo semplice, fino a che siasi raggiunta la consistenza d'una salsa. Si lascierà bollire per qualche tempo, quindi si sgrasserà la detta salsa e si passerà per lo staccio ritornandola al fuoco e dimenandola continuamente col mestolo affinchè non abbia ad attaccarsi al fondo. In ultimo vi si aggiungeranno due tuorli d'uovo, il sugo di mezzo limone ed un poco di prezzemolo ben trito.

154 — Fagiuoli di Lima alla crema.

Si faccia bollire in acqua bollente salata, quella data quantità di fagiuoli che si reputa necessaria e cotti che siano per bene, si asciughino per poi condirli con sale, pepe e burro in quantità sufficiente. Messi quindi in una casseruola vi si aggiungerà una cucchiaiata di farina, e poscia un quinto di panna facendo bollire. Un bollore solo basta. Si levino dal fuoco e si servano in tavola caldissimi.

Facciamo osservare che anche tutte le altre qualità di fagiuoli si prestano tanto per esser fatti in polenta, che in *croquets*, ecc.

155. — Fagiuoli di Lima nani in salsa.

Si prenderanno dei fagiuoli giovani, cioè non essicati e si metteranno in acqua bollente lasciandoli cuocere per mezz'ora circa. Scolati e asciugati, si serviranno in ta-

vola colla seguente salsa: Si farà sciogliere del burro, unendovi due cucchiaiate di farina, un quinto di latte, sale, pepe ed il succo di una cipolla, mischiando il tutto finchè bolla. Per completare questa salsa vi si aggiungeranno due tuorli d'uovo sbattuti e ciò fatto la si verserà sui fagiuoli servendoli caldi.

156. — **Fagiuoli à la maitre d'hôtel.**

Si prendano dei fagiuoli verdi e si gettino nell'acqua bollente, aggiungendovi, a metà cottura, un pizzico di sale ed un pezzetto di burro. Si levino dall'acqua e si facciano sgocciolare ponendoli però subito ancor caldi in una casseruola con burro misto a prezzemolo trito, il solito pizzico di sale e pepe, e succo di limone. Si faranno saltare e si serviranno su piatto caldo.

Qualora i fagiuoli fossero secchi, si faranno bollire nell'acqua lungo tempo, gettandoveli quando essa è ancor fredda.

157. — **Fagiuoli alla romana.**

Si prenda la quantità necessaria di fagiuoli e dopo averli posti nella pentola, salati e cotti, si lascieranno sgocciolare. Frattanto si taglieranno sottilmente tre cipolle, mettendole in un tegame e facendo prender loro il color d'oro; a queste cipolle si aggiungeranno poi i fagiuoli con pepe, noce moscata, acciughe passate e brodo. Si farà soffriggere il tutto insieme e quando si sarà prosciugato per bene l'umido, vi si spremerà sopra un limone servendo in tavola prontamente.

158. — **Fagiuoli alla salsa bruna.**

Si prenderà un litro di fagiuoli e si porranno in una casseruola d'acqua bollente, facendoli cuocere lentamente per circa mezz'ora, con sale a piacere. Intanto si farà rosolare in una padella un etto di burro, aggiungendovi poi due o tre cucchiaiate di farina, tanto brodo che basti, una mezza cipolletta triturata, un pizzico di sale e pepe, mescolando il composto e facendo cuocere il tutto per

bene. Fatti asciugare i fagiuoli, si aggiungeranno alla salsa, facendoli ancora bollire per altri dieci minuti, e servendoli poi caldi in tavola con manzo lessato o vitello, oppure pollo arrosto, ecc.

159. — **Fagiuoli bianchi sautés.**

Si faranno cuocere in acqua bollente dei fagiuoli bianchi e dopo cotti si porranno in una padella, ove poco prima si sarà fatto stemperare mezz'etto circa di burro, mezza cipollina e poco prezzemolo triturati. Si lascieranno cuocere otto o dieci minuti, quindi si aspergeranno di sale, pepe e succo di limone e si serviranno in tavola caldissimi.

160. — **Fagiuoli bianchi sgranati.**

Dopo averli lessati, si metteranno in un soffritto di cipolla con prosciutto già cotto, e si bagneranno con brodo o sugo di carne, aggiungendovi anche un po' di salvia. Si farà loro prendere il sapore e si serviranno caldissimi.

161. — **Fagiuoli con montone.**

Si metterà in una terrina una cipolla spaccata, quindi una carota e due sedani a fette, sale, pepe, un litro di vino bianco ed una coscia di montone. Si lascierà il composto suddetto in infusione tutta mattina e, tre ore prima di pranzo, si verserà il tutto in una casseruola con entro un etto di lardo ben tritato, si coprirà la casseruola e si farà cuocere per tre ore a fuoco moderato. Nel frattempo si faranno cuocere tre etti di fagiuoli bianchi in tre litri d'acqua con sale; si lascieranno sgocciolare e quindi si getteranno in altra casseruola versandovi sopra il sugo del montone passato allo staccio; sobbolliti che siano lentamente per circa quindici minuti, vi si aggiungerà mezz'etto di burro, e si ritirerà tosto dal fuoco la casseruola mescolando il tutto per bene. Sopra i fagiuoli si porrà il montone, riscaldando se lo si crederà necessario.

162. — Fagiuoli cotti al forno.

Si prenderà un litro di fagiuoli bianchi e si lascieranno in acqua fredda per diverse ore. Sgocciolati poi per bene si porranno, assieme a mezz'etto di lardo e ad un altro mezz'etto di prosciutto, in una casseruola, facendoli cuocere lentamente nel forno e aggiungendovi un pizzico di sale, un mezzo cucchiaino di senape e del brodo od acqua, mano mano che il liquido evapora dal recipiente.

163. — Fagiuoli in polenta.

Tanto coi fagiuoli secchi, che con quelli verdi, si può fare una *polenta* saporitissima. Si prenderà un litro di piccoli fagiuoli bianchi e si lascieranno in acqua tiepida per tutta una notte (i verdi si porranno in acqua al mattino). Dopo averli asciugati e posti in acqua fredda si faranno bollire a fuoco mite per circa un'ora, poi si asciugheranno di nuovo e si rimetteranno in acqua bollente per un'altr'ora circa. Dopo di che si faranno passare per lo staccio e si porranno in una casseruola coll'aggiunta di un mezz'etto di burro, un pizzico di sale e pepe, rimestando il tutto nel modo stesso che usasi per fare la polenta di granoturco. Dieci minuti di cottura però bastano. Si serve calda prontamente.

164. — Fagiuoli saltati alla milanese.

È un piatto gustosissimo questo, specialmente nella stagione in cui i fagiuoli si possono avere verdi. Se sono tali si getteranno nell'acqua bollente e quando sono giunti a metà cottura vi si aggiungerà del sale e un piccolo pezzo di burro. Lasciati bollire ancora per qualche minuto, si leveranno dall'acqua perchè abbiano a sgocciolare e quindi si porranno ancora caldi in una casseruola unitamente ad un poco di prezzemolo trito, sale, pepe, sugo di un limone e a venticinque o trenta grammi di burro. Si faranno saltare e si serviranno su di un piatto caldo.

Qualora poi i fagiuoli fossero secchi, si faranno prima bollire nell'acqua per un'ora o due, secondo il bisogno, gettandoli in essa allorquando è fredda.

165. — Fagiuoli verdi in insalata.

Si farà dapprima cuocere una data quantità di fagiuoli verdi nell'acqua e sale, e dopo che saranno stati sgocciolati e raffreddati, si serviranno con salsa d'olio, aceto, pepe e sale.

166. — Fagiuoli verdi all' Inglese.

Gli Inglesi mangiano i fagiuoli verdi semplicemente cotti nell'acqua salata. Nell'acqua che li cuoce, mettono un pezzetto di bicarbonato di soda per conservarli e renderli più verdi.

167. — Fagiuoli bianchi alla Bretone.

Si fanno cuocere i fagiuoli bianchi nell'acqua salata con un po' di prezzemolo e due cipolle mettendoli a fuoco con acqua fredda. Si tagliano quindi due o tre cipolle, si fanno rosolare nel burro, vi si aggiunge una cucchiaiata di farina, poi i fagiuoli e si mangiano caldi.

168. — Fagiuoli bianchi alla Portoghese.

Cotti i fagiuoli, com'è detto pei « *Fagiuoli alla Bretone,* » prima di levarli dal fuoco, si aggiunge loro una buona dose di salsa di pomidori e si fanno cuocere ancora un poco, affinchè prendano colore.

169. — Purée di fagiuoli.

Si fanno cuocere i fagiuoli nell'acqua salata, con due cipolle e allorchè son ben cotti, si passano allo staccio. La *purée* ottenuta si rimette in casseruola e vi si aggiunge un po' di salsa bianca, e un pezzo di burro.

170. — Zuppa di fagiuoli alla Condé.

Formata una buonissima *purée* di fagiuoli com'è detto nella ricetta precedente, vi si aggiunge del brodo, per renderlo liquido si fa cuocere nuovamente e si serve con crostini di pane fritto nel burro.

171. — **Fagiuoli rossi alla Borgognona.**

Lavate dei fagiuoli rossi e metteteli in una casseruola d'acqua fredda, con due cipolle, due carote, un mazzolino di prezzemolo, del sale e un pezzo di lardo affumicato.

Allorchè i fagiuoli son cotti a metà, si tolgono dalla casseruola le carote, le cipolle, il prezzemolo, il lardo e metà dell'acqua, aggiungendovi invece in pari quantità del vino di Borgogna e rimettendo la casseruola a fuoco, fino a completa cottura.

172. — **Cornetti allo zabaglione.**

Dopo d'aver levato il filo e d'aver puliti a dovere un chilo di cornetti, si getteranno nell'acqua salata. Cotti che siano, si lascieranno sgocciolare in un apposito crivello, quindi si disporranno sopra un piatto bislungo.

A parte, sul fornello, a fuoco mite, si porrà una casseruola contenente due tuorli d'uovo, due cucchiaiate di zucchero, due di aceto e due d'acqua, avendo però cura di non lasciar levare il bollore. Formato così una specie di zabaglione, lo si verserà sui cornetti al momento di servirli.

173. — **Cornetti al burro.**

Si prenderà un chilo di cornetti ai quali si leveranno le estremità e le parti fibrose ai due lati, tagliuzzandoli poi in modo che ogni pezzo abbia a misurare circa due centimetri. Si porranno quindi nell'acqua fresca per venti o trenta minuti, e dopo averli asciugati si getteranno in una cassèruola d'acqua bollente con sale a discrezione e un poco di burro, lasciandoli cuocere lentamente per mezz'ora o più, a seconda della qualità dei cornetti stessi. Estratti dall'acqua, si disporranno sopra un piatto aggiungendovi burro, sale e pepe. Si servono caldi.

174. — **Cornetti alla crema.**

Si prepareranno i cornetti nel solito modo, e cioè col tagliar loro le estremità e col levare loro i fili ai due lati.

Quindi si porranno in una casseruola d'acqua bollente, aggiungendovi mezz'etto di prosciutto e facendoli bollire lentamente per circa un'ora. Dopo di che, si asciugheranno levando il prosciutto rimasto e si rimetteranno in casseruola, coll'aggiunta di venticinque grammi di burro, un quinto di panna ed il solito pizzico di sale e pepe.

175. — Cornetti con salsa.

Si prenderanno dei cornetti, si faranno bollire a mezza cottura, purchè siano teneri, e sgocciolati, si metteranno a friggere in una casseruola con burro. Si provvederà un poco di panna, un uovo, del formaggio grattugiato, della drogheria, e con tutta questa roba si farà un amalgama, aggiungendovi poi del sugo di limone ed un poco di aceto bianco eccellente, quindi si verserà il composto nella casseruola dove prima era stata ultimata la cottura dei cornetti e uniti che siano, si leveranno dal fuoco e si serviranno caldi.

176. — Cornetti trifolati alla genovese.

Si facciano cuocere in acqua bollente dei cornetti fino a due terzi di cottura e dopo la solita scolatura nello staccio, si lascino asciugare per bene. Si porranno poi in una casseruola con olio, poco aglio, prezzemolo trito e sale a proporzione. Fritti che siano a fuoco lento e ultimata la cottura coi rivolgerli sovente, si serviranno caldissimi assieme al lesso, pollo, arrosto, ecc.

Nello stesso modo si può ottenere un buon trifolato di spinaci o di altre verdure.

177. — Cornetti in insalata.

Si monderanno dei cornetti e si faranno bollire finchè siano divenuti teneri, quindi si scoleranno e si getteranno a raffreddare nell'acqua fredda. Si asciugheranno in seguito con un pannolino, si tagliuzzeranno per il lungo in quattro pezzi e si metteranno in un'insalatiera versandovi sopra della salsa francese al momento di metterli in tavola.

FAGIUOLINA

(*Dolicos*).

Appartiene alla famiglia dei fagiuoli, ma è pianta più delicata e si coltiva di preferenza nei paesi meridionali, ove si ottengono abbondanti e ragguardevoli prodotti, malgrado la piccolezza dei suoi granelli. Questa pianta domanda ad un dipresso la stessa coltivazione dei fagiuoli, ad eccezione che la fagiuolina essendo più delicata, richiede maggior calore e si semina più tardi dei fagiuoli, cioè dopo la quindicina di maggio od in giugno. Le principali varietà sono: la fagiuolina dell'occhio (*Dolicos unguiculatus*); la fagiuolina lunghissima (*Dolicos sesquipedalis*) e fagiuolina Lablat. Tutte queste qualità sono ottime per la cucina.

FAVA

(*Vicia faba*).

Nomi stranieri — francese: *Fève* — inglese: *Broad beau* — tedesco: *Garten-bohnen* — fiammingo: *Platte boon* — olandese: *Tuin boonen* — danese: *Valske bonner* — spagnuolo: *Haba* — portoghese: *Fava.*

Le fave si seminano in febbraio-marzo e in autunno, seguendo per la loro coltura le norme stesse che usansi per i fagiuoli, ma non appena spuntati i frutti, conviene mozzare l'estremità della pianta per ottenere un maggior prodotto. Per aver fave dolci e tenere da consumare, è necessario coglierle prima che esse abbiano raggiunto la loro completa maturanza. Le estremità tenere delle fave mozzate si allestiscono al grasso ed al magro e riescono un cibo delicato e sano. I baccelli si mangiano quando sono giunti ad un terzo della loro grossezza, nella stessa guisa che si mangiano i cornetti, ma raggiunto che abbiano il loro intero sviluppo, si mangiano invece solamente i semi sgusciati, togliendo loro la buccia, o pelle, perchè piuttosto dura e di difficile digestione. Le varietà di fave più apprezzate in cucina sono: *la fava olandese precoce,* alquanto produttiva e di un sapore eccellente;

la *fava Breventana*, la *marzuola*, la *quarantina*, quella di *Siviglia*, precocissima, larga, piatta, la *fava acqua dolce*, la *Julienne verde* e la *nana di Beck*, precocissima, ricercata come primizia e di un sapore gratissimo. La fava si usa solitamente in minestra ed è bene sbucciarla, come abbiamo già detto.

178. — Fave alla Giardiniera.

Si acquisti un litro o un mezzo litro di fave a seconda del bisogno e si lascino nell'acqua lungamente; se le fave sono secche, vi si lascino tutta una notte. Tolte dall'acqua ed asciugate, si faranno bollire a fuoco lento in una casseruola con acqua fredda, coll'aggiunta di un etto di prosciutto, di una cipolla e di due carote, il tutto tagliuzzato a fettine. Cotte che siano, si faranno asciugare e si disporranno su di un piatto, ove si sarà disposto del burro (mezz'etto o un etto, a seconda della quantità delle fave), sale e pepe, servendole in tavola prontamente. Si avrà cura di togliere dalla casseruola le carote e la cipolla; il prosciutto lo si potrà lasciare, disponendolo anzi sul piatto stesso a modo di guarnizione.

179. — Fave in zuppa.

Si farà bollire una data quantità di fave (mezzo litro) in tre litri di brodo con fuoco moderatissimo. Giunte che esse siano a metà cottura, si seguirà il seguente processo: Si porrà in una casseruola qualche cucchiaiata d'olio con alcune foglie di salvia trita, un poco di prezzemolo pur esso trito e due acciughe stemperate. Quando tale composto ha preso il color d'oro, lo si verserà sulle fave bollenti, si ultimerà la cottura e si servirà la zuppa caldissima.

180. — Fave tenere.

Si fanno cuocere le fave con soffritto di aglio o cipolle, prosciutto, burro, erbe odorose, farina, bagnandole con brodo se vogliansi fare in stufato, e aggiungendovi anche un poco di vino dolce e zucchero (mezzo quinto del primo e tre cucchiaiate del secondo).

181. — Fave alla Poulette.

È il modo migliore di mangiar le fave; si fanno cuocere in acqua salata, si sgocciolano e poi si mischiano con della salsa bianca legata con qualche tuorlo d'uovo, aggiungendovi del prezzemolo e qualche goccia di sugo di limone.

182. — Fave al lardo all' Inglese.

Si fanno cuocere le fave nell'acqua salata con un mazzetto di erbe odorose e un pezzo di lardo affumicato. Allorchè son cotte, si sgocciolano e s'immergono nell'acqua fredda, poi si leva loro le buccie, al momento di servirle, si fanno cuocere a fuoco tenue per dieci minuti nel burro, con un po' di prezzemolo e sugo di limone. Si servono come contorno al lardo affumicato. È un piatto nazionale inglese.

183. — Purée di fave.

Si fanno cuocere le fave in acqua salata, si sgocciolano, e si leva loro la buccia, quindi si mettono in una casseruola con burro, sale, pepe, una cucchiaiata o due di salsa bianca e con un cucchiaio di legno si rimesta finchè la *purée* ha la consistenza di quella fatta colle patate.

FINOCCHIO

(*Anethum foeniculum*).

Nomi stranieri — francese: *Fenouil* — inglese: *Fennel* — tedesco: *Fenchel* — fiammingo e olandese: *Venkel* — danese: *Fennikel* — spagnuolo: *Hinojo*.

In Italia l'uso dei finocchi è estesissimo e si mangiano non solo crudi in istato verde, ma altresì imbiancati nella stessa guisa dei cardi e dei sedani, la quale operazione si può fare nella primavera, per quelli trapiantati in ottobre e novembre e fino nell'autunno per quelli che vengono seminati dal febbraio successivamente. La semina viene effettuata in marzo, trapiantando poi le pianticelle

a venti centimetri di distanza, in terreno profondamente lavorato e in abbondanza concimato. Raggiunta una discreta grossezza, si rincalzano rivestendo di terra la base delle piante per imbianchirle. Si conservano in inverno ben interrate.

Le varietà ottime per la cucina e quindi per la tavola sono il *finocchio grossissimo di Napoli* e quello *dolce di Firenze*, oltre alla qualità che si coltiva da noi. I semi del finocchio da noi chiamati *erba bona*, sono droga di cucina e di pasticceria. Questi semi si devono adoperare per dar sapore alle carni porcine che si mettono allo spiedo, ai pesci fritti, alle salse e si aggiungono alle castagne durante la loro bollitura per far loro acquistare un sapore graditissimo. Servono ben anco alla preparazione dell'acquavite.

Il finocchio è stimolante e tonico.

FUNGHI

(*Agaricus*).

Nomi stranieri — francese: *Champignon* — inglese: *Mushroon* — tedesco: *Schwamm* — fiammingo e olandese: *Kampernoelie* — spagnuolo: *Sela*.

Di funghi abbiamo un infinito numero di varietà.

I *funghi prataiuoli* nascono nei prati ridotti a pascolo, e generalmente sul limitare dei boschi, ma si possono ben coltivare mediante coltura forzata, cosa del resto facilissima. Il segreto sta nel farla in ambienti a temperatura costante non inferiore a otto gradi nè superiore ai trenta. I luoghi ottimi per tale coltivazione sono le cantine o le grotte. Nei paesi del nostro mezzogiorno basta coltivarli in località a tramontana e nelle notti dei mesi freddi coprirli con paglia. Il letto su cui si pone il seme o micelio deve essere composto di sterco cavallino con poca paglia, e collocato a ridosso di un muro o preparato a piramide tronca. Sopra si stende il bianco di fungo, lo si comprime bene e si ricopre definitivamente di buona terra inaffiandolo al bisogno. Due mesi

dopo si raccoglieranno i funghi. (Chiedere ai F.lli Ingegnoli l'istruzione per la coltivazione artificiale dei funghi).

Tanto i funghi prataiuoli, che artificiali, si cucinano nello stesso modo. Una buona norma nella cucinatura dei funghi è la seguente: si tagliano a fette i funghi due ore prima di farli cuocere, e si collocano in un recipiente con entro tre cucchiaiate di aceto forte, sopra un litro d'acqua; poscia si estraggono, si lavano nell'acqua bollente, ed in seguito si fanno cuocere senza timore. E vero che questa preparazione riguardo ai funghi dei boschi riesce un poco a detrimento del loro profumo e sapore, ma coll'aggiunta di poche erbe odorose, timo, salvia, ecc., si ottiene la sicurezza della salubrità.

Il fungo *agarico cesareo* (agaricus coesareus) aveva un pregio grandissimo presso gli antichi romani, che lo chiamavano *Cibo degli Dei* e molti poeti latini lo cantarono sotto il nome di *Boletus*. Esso al suo primo comparire, presenta la forma di un uovo essendo tutto ricoperto dalla sua bianchissima vulva, la quale poi non tarda a screpolarsi nella parte superiore in molti lobi, per lasciare libero il cappello ed il gambo che rapidamente si sviluppano. Un bel color rosso arancio tinge lo sferico cappello più o meno largo, che sovrasta ad un gambo cilindrico, pieno, gialliccio, con collarino membranoso riboccato. Si mostrano ineguali, rossette e giallastre le lamine sottoposte al cappello. Questo fungo cresce specialmente in autunno e raramente in primavera nei boschi, e quantunque diffonda un debole odore lo supplisce col suo gustosissimo e delicato sapore. Convien stare in guardia per non confondere questo fungo innocentissimo coll'altro malefico chiamato *Agaricus muscaris*.

Abbiamo anche l'*agarico prugnolo* (*agaricus prunulus albellus, agaricus aromaticus*) al quale vengono date diverse denominazioni e che è il più ricercato. Anche l'altra varietà e cioè l'*agaricus prunulus isabellinius* è del pari squisito.

Abbiamo i *funghi farinacei*, essi pure buonissimi, i *funghi cocchi*, e le *spongiole*.

Tutte queste varietà di funghi si possono conservare

per la stagione invernale sott'olio od aceto, od anche essiccati.

184. — Essiccazione dei funghi.

I funghi si possono conservare anche essiccati, sebbene non serbino tutto il loro gusto. Si infileranno i cappelli puliti e scevri della loro pellicola, in lunghe gugliate di refe e così si farà anche dei gambi divisi per metà nel senso della lunghezza. Si disporranno queste corone di funghi alle finestre od in altri luoghi ben soleggiati per farli bene essiccare. Quando i funghi sono secchi si ritirano e si conservano in sacchetti di carta resistente. Volendone far uso si fanno rammollire per più ore in acqua calda e si cucinano poi a piacere come se fossero freschi.

In tal modo si essiccano e si cucinano anche tutti gli altri generi di funghi mangerecci.

185. — Funghi alla graticola.

Si scelgono dei funghi di non troppo ampio cappello, si staccano dal gambo e si toglie loro diligentemente la pellicola, con un coltellino; poi si ripuliscono per bene e dopo averli lavati si pongono a sgocciolare sopra una salvietta. Si farà poi un fine tritume, con la mezzaluna, composto di una parte del gambo staccato, d'un po' di prezzemolo ed aglio e se ne porrà una porzioncella entro ciascun cappello di fungo; si salerà a dovere, colla aggiunta di un pizzico di pepe per chi piace, si condirà con olio di oliva e si disporranno i cappelli dei funghi, così preparati sulla graticola per farli cuocere a fuoco lento, circa 15 minuti. Si servono caldi.

186. — Funghi al sugo di pomidoro.

Dopo la solita pulitura, si taglieranno i funghi in sottili fetterelle, si laveranno e asciutti che sieno, si porranno in una casseruola con due spicchi d'aglio interi ed una sufficiente quantità di sale. Vi si aggiungerà pure della salsa di pomidoro già condensata, od anche semplicemente il pomidoro privo di pellicola e di seme, ben trito sul

tagliere. Inutile dire che possono essere serviti caldi col lesso, polli, arrosti, ecc. Si avverte però che se questi funghi si cucinano per condimento soltanto, allora vogliono essere affettati e triti molto più sottilmente.

187. — **Funghi in frittura.**

Si sceglieranno dei funghi belli e grossi, si puliranno e si laveranno a dovere per porli poi in casseruola con una foglia d'alloro, salvia, uno spicco d'aglio, sale ed un mestolino di acqua appena inacidita con poche goccie di aceto o limone. Si faranno bollire per due minuti e dopo sgocciolati sullo staccio, si taglieranno in tante fetterelle dello spessore di circa un centimetro e lunghe quanto il cappello, immergendo fetta per fetta in pasta piuttosto soda fatta con farina di grano, uno o due tuorli d'uovo, un pochino di vino bianco o di acqua, ed un gocciolino di buon olio d'oliva. Si friggeranno in padella a fuoco ardente all'olio d'oliva, o al burro, o allo strutto, come meglio piace e si serviranno assai caldi. Questi funghi così preparati giovano come eccellente guarnizione ai piatti di carne in genere.

188. — **Funghi alla semplice.**

Si pongano in una casseruola i funghi prugnoli, puliti e ben lavati, con prezzemolo trito, sale, olio o burro a piacere. Si faranno crogiuolare a lento fuoco per dieci minuti circa, quindi vi si aggiungerà un mestolino di brodo o d'acqua, portandoli alla voluta cottura in una buona mezz'ora. Il brodo o l'acqua devono essere aggiunti in tale dose, che giunti i funghi a completa cottura non rimanga nella casseruola che l'olio od il burro bello e chiaro. Si serviranno soli o accompagnati da crostini.

189. — **Agliata di funghi farinacci.**

Si prenderanno i gambi ed i cappelli di questi funghi e si faranno bollire per circa un quarto d'ora in acqua salata coll'aggiunta di un buon mezzo litro d'aceto, spic-

chi d'aglio, alloro e salvia. Questi ingredienti si toglieranno dai funghi, dopo che questi si saranno fatti ben sgocciolare nello staccio. Quindi si taglieranno i funghi in più parti, si metteranno nella padella con prezzemolo ben trito ed olio a sufficienza, si friggeranno a fuoco vivo ed allorchè avranno raggiunta la completa cottura vi si verserà sopra celeremente, mescolando con speditezza mediante cucchiaio di legno, l'agliata fatta con due spicchi d'aglio pestato nel mortaio mollica di pane inzuppata nell'aceto e resa liquida con un altro mezzo bicchiere di forte aceto. Appena versata l'agliata nella padella e mescolati rapidamente i funghi per circa un minuto, si verseranno nel piatto e si serviranno caldi.

190. — **Funghi alla casalinga.**

Si monderà un chilo di bei funghi e quindi si getteranno nell'acqua fresca. Frattanto si farà fondere in una casseruola un etto di burro con due o tre cucchiaiate d'olio d'oliva finissimo, aggiungendovi un'acciuga trita e spappolata, un poco di prezzemolo pesto ed una o due foglie di menta triturata. Si rimesti il tutto e vi si pongano i funghi, che si saranno però prima asciugati con pannolino a quindi salati e si lascieranno cuocere lentamente. Si servono sulle fette di pane fritte nel burro spremendovi sopra mezzo limone.

191. — **Funghi alla francese.**

Dopo aver puliti dei funghi, lavati, fatti sgocciolare e tagliati in due, si marineranno nell'olio, sale e pepe per un'ora. Quindi si preparerà in una padella ben pulita del buon olio d'oliva in proporzione alla quantità dei funghi che si vogliono cucinare e vi si faranno friggere i funghi marinati, aggiungendovi del prezzemolo ben trito. Facciansi friggere nel burro i soliti crostini e al momento di mettere in tavola si versino sopra i funghi, che si saranno tenuti caldi.

192. — Funghi cocchi ripieni.

Si sa che le cappelle dei funghi cocchi sono larghissime e quindi si prestano ad essere ripiene. Mondate che siano, si devono salare, lasciandole così in riposo per qualche ora, mentre si stempreranno nell'olio di oliva due o tre alici con aglio tritato, prezzemolo, sale, un pochino di pepe ed il gambo dei funghi stessi, formando così una specie di pasta servibile ad empire le cappelle sopraindicate. Dopo di che si porranno in una tortiera spalmata con burro od olio d'oliva e si faranno cuocere col testo. I funghi cocchi sono poi gli Agarici deliziosi, i quali si preparano anche come vivanda per la tavola in tutte le maniere, con cui si preparano i Prugnoli ed i Cesarei.

Essi sono funghi deliziosissimi e delicatissimi, e con essi si possono fare squisiti manicaretti coll'aggiunta di fegatini di pollo, di cervella e simili cose. Si mangiano però comunemente appena raccolti, rosolati sulla bragia, od arrostiti sulla graticola col solito condimento di olio, sale e pepe, oppure si cuociono al tegame fatti a sottili fetterelle.

193. — Funghi alla Provenzale.

Lavate i funghi e tagliateli a pezzi eguali, poi fateli saltare per qualche minuto in una padella contenente dell'olio bollente, quindi sgocciolateli. Tagliate finemente due cipolle e uno spicchio d'aglio e fateli friggere nell'olio di cui vi siete serviti prima. Levate l'olio dalla padella e in essa gettate i funghi e della salsa spagnuola ben ridotta.

194. — Funghi al forno.

Lavate i funghi, sgocciolateli, affettateli e fateli cuocere in una padella con burro, una o due cipolle tagliuzzate, sale e pepe; allorchè le cipolle cominciano a dorarsi, si aggiunge una cucchiaiata di farina, due di salsa di pomidoro e abbastanza *consommé* per ottenere una salsa ben densa; i funghi, così disposti nella salsa, metteteli al forno per venti minuti.

195. — Patè di funghi alla Russa.

Lavare i funghi, farli cuocere due minuti nell'olio bollente e dopo averli tagliati, aspergerli di sale, pepe e finissime erbe (prezzemolo, finocchio, cipolline, ecc.).

Preparare in una tortiera uno strato di prosciutto crudo, poi uno strato di funghi e una cucchiaiata di salsa spagnuola, un altro strato di prosciutto, un quarto di funghi e salsa, ecc. e far cuocere a forno caldo per un'ora.

196. — Funghi all'Inglese.

Si lavano i funghi, si dispongono in una tortiera unta di burro, e si aspergono di sale, pepe, burro liquefatto, sugo di limone e prezzemolo triturato. Si mettono nel forno caldo, e allorchè son cotti, la parte bianca dev'essere leggermente dorata.

197. — Funghi alla Tedesca.

Si sceglie un chilo di piccoli funghi bianchi e sodi, si lavano e poi si fanno cuocere con un mezzo bicchiere d'acqua, trenta grammi di burro, il sugo d'un limone e del sale. Allorchè son cotti, si sgocciolano e ci si versa sopra una salsa tedesca ben ridotta.

198. — Purée di funghi.

Dopo aver ben lavati i funghi, si sminuzzano e si passano crudi allo staccio servendosi, per schiacciarli, d'un cucchiaio di legno. Si mette la *purée* in una casseruola con sale, pepe e un pezzetto di burro e si fa cuocere per qualche minuto, aggiungendovi del tuorlo d'uovo e della crema.

Si può invece aggiungervi della salsa *Béchamel*.

199. — Salsa di funghi.

Mondati e puliti dei piccoli funghi detti *farrée*, si porranno in acqua bollente per alcuni minuti, quindi si faranno colare, facendo frattanto stemperare a fuoco nel-

l'olio d'oliva, un'alice coll'aggiunta di qualche pezzo di gambo di finocchio, due cipollette intere, qualche ramo di timo, maggiorana, basilico e un poco di sale. Intanto che le suddette sostanze cuoceranno, si accomoderanno i i funghi in un vaso e poi vi si verserà sopra la salsa summentovata, servendo prontamente. Volendo dare al detto composto un sapore piccante si può benissimo aggiungervi del pepe garofolato, facendo prendere prima ai funghi la bontà del composto rimettendoli al fuoco, e messi nel vaso vi si porrà sopra una spremuta di limone.

200. — **Intingolo di funghi.**

Si metteranno in una casseruola alquanti funghi mondati, con un etto di burro, o mezz'etto, a seconda della quantità dei funghi, quindi un mazzetto di prezzemolo e due o tre cipollette. Si passeranno al fuoco ponendovi un poco di farina, poi un bicchiere di brodo, mezzo bicchiere di vino bianco ed altrettanto di sugo colato, facendo cuocere il tutto per un'ora. Si disgrasserà e vi si aggiungerà un poco di sugo colato, oppure un poco di farina tornando a far cuocere coll'aggiunta di sale e pepe a discrezione. Si serve caldissimo.

201. — **Spongiole alla semplice.**

La spongiola è un fungo delicatissimo (*Phallus esculentes*) e mangereccio. Allo stato di freschezza ha poca fragranza, ma quando è disseccato, assume un aromatico profumo assai delizioso. Si cucina alla semplice nel modo seguente: si fanno cuocere i funghi con burro, sale ed un mestolino di brodo e quando hanno raggiunto la voluta cottura, si servono in tavola come guarnizione alle costolette in umido, o fritte alla milanese, o ad altri piatti di carne, come: biftek, ragoû, rostbif, ecc. Si possono anche mescolare col risotto, quando però si abbia avuto cura, nel cucinare questi funghi alla semplice, di ridurli a piccoli pezzetti.

202. — **Spongiole al tegame con uova.**

Cucinate le spongiole alla semplice, si triturerannno ben bene, quindi si riporranno nel tegame coll'aggiunta di una sufficiente quantità di burro; liquefatto che esso sia vi si aggiungerà quel numero di uova che si desidera, si saleranno a dovere, e quando l'albume sarà rappreso, si serviranno calde nello stesso tegame.

203. — **Spongiole alla stuffarola.**

Le spongiole si usano poi bene anche alla *stuffarola* ed allora si devono cucinare nel modo seguente: si porranno le spongiole in apposito tegame con coperchio, unendovi un pezzo di burro, sale, qualche goccia di sugo di limone e mezzo bicchiere di vino di Marsala. Si coprirà l'interno del tegame con carta bianca ben unta di burro, in modo che la carta rimanga tutta dentro e sovrapponendovi il suo coperchio si avrà cura di far cuocere lentamente per mezz'ora con fuoco sopra e sotto, esplorando e mescolando qualche volta perchè non abbiano ad abbruciare. Ricordiamo che il punto della voluta cottura è quando sia prosciugato tutto il vino. Si servono calde.

GOMBO

(*Hibiscus esculentus*).

Nomi stranieri — francese: *Gombo* — inglese: *Okra* — tedesco: *Langer okra* — spagnuolo: *Gombo*.

Questa pianta ci viene dall'America meridionale ed è anche chiamata *Okra*. E alta un metro, ed ha frutti piramidali da quindici a venti centimetri di lunghezza, sottili, appuntati, non sorpassanti il diametro di tre a quattro centimetri. I frutti ancor giovani del gombo sono graditissimi e tagliuzzati a fettine, servono per minestre, zuppe ed anche salse. Si coltiva il gombo precisamente come i fagiuoli e per conseguenza lo si cucina come essi.

Coi frutti del gombo si prepara il famoso Calabon. Gli Americani usano lessare le spighe quando sono im-

mature, oppure le fanno arrostite. Quantunque questo cibo sia molto indigesto, e da noi non si usi farne una coltivazione speciale, diremo che sono da preferirsi le varietà a frutto tenero e zuccherino, che i Francesi chiamano granturco zuccherino grinzoso.

204. — Gombo del Brasile o Ocra bollita.

Si prenderà un chilo di ocra novella, e lavatala per bene in acqua fredda, la si metterà in una terrina con mezzo litro d'acqua salata. Coperto il recipiente, si lasci bollire adagio per trenta minuti, aggiungendovi poi mezz'etto di burro, una cucchiaiata di aceto e un po' di pepe. L'ocra si serve come guarnizione al pollo arrosto, selvatici, ecc.

205. — Gombo o Ocra al pomidoro.

Si prenderà un chilo di ocra e la si laverà e tagliuzzerà a fette sottili. Si farà scottare e sbocciare un mezzo chilo di pomidoro, facendoli poi a pezzetti. Si farà liquefare un mezz'etto di burro, ponendovi un poco di sale ed entro vi si verseranno l'ocra ed i pomidoro, lasciandoli bollire per una mezz'ora. Si serviranno caldissimi coll'aggiunta di una noce di burro.

206. — Gombo o Ocra al riso.

Si prenderà un chilo di ocra, e dopo averla per bene lavata, si taglierà a fette. Si prenderà un etto di prosciutto e lo si taglierà a dadi, facendolo friggere sino a che abbia preso un bel color bruno. Si sbucceranno tre grossi pomidoro e, tagliuzzati, si metteranno in una terrina assieme all'ocra, al prosciutto, a mezzo litro di brodo, ad una cipolla tagliata a fette e ad un peperone rosso. Si coprirà la terrina e si farà bollire il tutto per una buona mezz'ora e frattanto che tale composto cuoce, si farà bollire a parte il riso (un quinto). Cotta che sia l'ocra, si porrà il riso, uso piramide, nel centro di un piatto spruzzandolo con sale e spezie e versandovi sopra adagio adagio un

poco di composto dell'ocra ed il restante all'ingiro del riso. È un piatto questo che può essere servito solo od anche con pollo, manzo, vitello lessato, ecc.

207. — Gombo o Ocra in umido.

Si taglierà a fette mezzo chilo di ocra novella, e si tagliuzzerà pure una grossa cipolla assieme a sei pomidoro grossi; si porrà il tutto in una casseruola, aggiungendovi mezz'etto di burro, un po' di sale e pepe e mezzo bicchiere di acqua. Si farà cuocere il composto sino a che sarà tenero e lo si servirà con pollame, carne, vitello, ecc.

IGNAME

(*Discorea batatas*).

Nomi stranieri — francese: *Igname de la Chine* — inglese: *Yam* — tedesco: *Yam's kartoffel* — spagnuolo: *Name.*

Questa pianta produce ogni due anni eccellenti tuberi, simili alle patate e di una lunghezza straordinaria, cioè di circa un metro, col diametro di quattro a sei centimetri e col peso di un chilo l'uno. È originaria dalla China. I tuberi una volta cotti nell'acqua, si sbucciano e si allestiscono nel modo stesso delle patate; oppure si tagliano a fette e si fanno friggere nell'olio o nel burro. In questo modo somministrano non solamente un cibo sano, di facilissima digestione e di un gusto gradevolissimo, ma ben anco un legume atto a corroborare carni lessate, arrostite, ecc.

ISSOPO

(*Hissopus officinalis*).

È una pianta che assomiglia al timo e che in cucina si adopera per somministrare alle carni cotte in stufato, ed a quelle crude che si essiccano, come lingue, coppe (capocollo), un gratissimo sapore. Volendo aromatizzare dell'aceto, si può far uso benissimo dell'issopo.

INDIVIA

(*Chicorium endivia*).

Nomi stranieri — francese: *Chicorie endive ou chicorée frisée* — inglese: *Endive* — tedesco: *Endivien* — fiammingo e olandese: *Andijvie* — danese: *Endivien* — spagnuolo e portoghese: *Endivia*.

Le indivie si seminano da febbraio a luglio, e successivamente tutti i mesi, se si vuole raccoglierle durante quasi tutto l'anno. Raggiunto che abbiano il loro sviluppo massimo, si legano per farle imbianchire. Le indivie imbianchite sono un cibo sano e leggero; si mangiano crude in insalata e cotte con altre erbe nelle zuppe, ovvero pulite, si fanno cuocere nell'acqua con sale, quindi si estraggono e si spremono fortemente colle mani per toglier loro possibilmente tutta l'acqua e ridotte così a guisa di pallottole, si triturano minutamente e si fanno cuocere di nuovo entro una casseruola con burro, farina e sugo di carne per servirle in tavola colle carni; oppure condite con burro, farina e fior di latte, e rese di una certa consistenza con tuorli d'uova, si metteranno in tavola separate.

Le migliori qualità d'indivie sono: la *riccia d'estate*, quella *d'inverno* e la *bianca da taglio*.

A queste qualità si possono aggiungere due o tre altre varietà a foglie grandi poco o niente frastagliate, delle quali i francesi fanno una divisione a parte, chiamandole *scarole*, come per esempio la *scarola bianca*, a foglie di lattuga e quella rotonda d'Olanda, le quali sono coltivate nello stesso modo delle altre indivie, ed hanno in cucina lo stesso uso. Anche l'indivia si fa cuocere a modo degli spinaci, ecc.

208. — Zuppa d'indivia.

Si prenderà dell'indivia e la si priverà delle sue coste, lavandola per bene e facendola cuocere in acqua debitamente salata. Dopo di che, la si spremerà e la si triturerà colla mezzaluna. Frattanto si farà friggere una mezza

cipollina e un pochino di burro, lasciando rosolare la prima e gettandola via, raggiunto che abbia il color d'oro. Si condirà col burro suddetto l'indivia mescolandola a fuoco sino a che apparirà ben asciutta. A questo punto vi si spargeranno sopra due cucchiaiate di farina bianca, un bicchiere di panna ed uno di latte, mescolando il composto perfettamente e lasciando continuare la cottura fino a che sarà sparito il sapore della farina. Si salerà e quindi vi si porrà del formaggio trito, una presa di cannella in polvere, e freddato che sia il composto lo si legherà con tre uova intere, versandolo poi in una padella unta di burro e polverizzata di pane grattugiato, facendola poi cuocere con fuoco sotto e sopra. Si taglierà questa specie di torta a pezzetti e la si getterà nella zuppiera bagnandola con brodo bollente.

INSALATE.

Esistono tante specie d'insalate che troppo lungo sarebbe enumerarle tutte, ci accontenteremo pertanto di accennare alle varietà migliori e più conosciute, per passare poi ai diversi modi di preparare le diverse, insalate che abbiano mai appagato bocca di buongustaio.

Non si può garantire l'epoca giusta in cui le insalate occuparono un posto distinto sulle mense, ma è un fatto che i Greci, sin dai tempi più remoti, adoperavano le *lattughe* sia come guarnizione di pietanze solide, tanto sole che frammiste a legumi, sia come in insalata. I Romani li imitarono e le loro tavole non ne erano mai sprovviste. Così l'*acetosa* e la *cicoria* servono quali guarnizione, frammiste ed in insalata. Il *sedano* è ottimo in insalata unito anche ad altre erbe, ed i *cardi* pure si mangiano crudi in salsa vellutata, bianca o spagnuola. Le *patate* offrono un'insalata gustosissima e sanissima, e miste alle *barbabietole* e alle *cipolle* cotte offrono una leccornia molto squisita. Anche i *cornetti* (fagiuolini verdi) ed i fagiuoli detti *borlotti* con un poco di cipolletta cruda offrono un piatto squisito, un'ottima guarnizione al lesso

ed anche all'arrosto. Per conservare la freschezza ed il sapore dei legumi per insalate, si devono gettare in acqua fredda, asciugarli poi con un tovagliolo e tenerli in luogo fresco sino a che venga il bisogno di servirsene.

209. — Insalata alla cardinale.

Lavate ed asciugate per bene due radici di lattuga ed un mazzo di crescione, tagliate a striscie due belle e grosse barbabietole rosse cotte, unitevi una dozzina di ravanelli rossi, sei uova sode triturate finamente e un citriuolo tagliato a fette. Disponete in una insalatiera delle foglie di lattuga mescolandole per bene al crescione, ramolacci, barbabietole, uova, citriuolo, aggiungetevi un quinto di salsa *mayonnaise* alla cardinale, che si ottiene unendo alla medesima del succo di barbabietola e servite.

210. — Insalata all'italiana.

Si taglieranno a fette una carota e una rapa e si getteranno in brodo bollente facendole cuocere. Frattanto si disporranno in un'insalatiera, due belle patate cotte e lasciate freddare ed una barbabietola, anch'esse tagliuzzate a listelli piccoli. Quindi vi si mischieranno, cotte che siano, la carota e la rapa, e sopra tutto il composto, si verserà un poco di cipolla o di porro triturato e della salsa francese. Si guarnisce per ultimo con crescione.

211. — Insalata alla macedone.

Si prenda una barbabietola bollita, un poco di fagiuolini bolliti, mezz'etto di punte d'asparagi cotti, una piccola cipolla, due cucchiaiate di piselli cotti, una carota bollita ed una radice di sedano e si tagli il tutto in pezzi, mischiandoli assieme perfettamente. Si metterà tale composto in una insalatiera e lo si coprirà con *mayonnaise* e si servirà in tavola, aggiungendovi il succo di un limone.

I legumi conservati in bottiglie o in scatole, messi in commercio, sono ottimi per fare questa insalata.

212. — **Insalata alla svedese.**

Si laverà, si monderà e si farà macerare in acqua fredda per un'ora, uno sgombro piuttosto grosso, indi lo si coprirà con acqua bollente, facendo continuare la cottura per venti minuti. Dopo di che lo si asciugherà e lo si tagliuzzerà a dadi assieme a del *roastbeef* (circa mezzo chilo). Si taglieranno a dadi due patate bollite, quindi a parte si mescolerà assieme una cucchiaiata di capperi, un poco di citriuoletti triti, una cipolla e prezzemolo triti, dieci olive senza il nocciuolo e due uova sode ben triturate. Ciò fatto, vi si unirà lo sgombro, la carne e le patate, mescolando per bene e versando sopra tale composto un quinto di salsa francese ben condita con sale e pepe. Si ponga questa eccellente insalata in una insalatiera, unendovi al momento di servirla, una o due dozzine di ostriche crude.

213. — **Insalata d'aragoste.**

Cotte le aragoste e raffreddate, si leverà loro la carne che si mischierà con foglie di lattuga e con salsa di *mayonnaise*. Nello stesso modo si serve il salmone conservato.

214. — **Insalata egiziana.**

Si laveranno le parti ricciute di due piante d'indivia, e dopo averle asciugate con un pannolino si disporranno su un piatto, aspergendole con olio d'oliva a sufficienza e con poca cipolla triturata. Si mescolerà assieme una cucchiaiata di miele, od in mancanza di questo, uno cucchiaiata di zucchero ed una di aceto, sale e pepe bianco a discrezione, versando questo composto sull'indivia al momento di mettere in tavola.

215. — **Insalata di granchi di mare.**

Si faranno bollire i granchi di mare (una dozzina o due secondo il bisogno della tavola) in acqua salata per circa mezz'ora e raffreddati si leverà loro la carne. Si

puliranno e si taglieranno a pezzetti due radici di sedano, mischiandole poi colla carne dei granchi e mettendole in una insalatiera guarnita di foglie di lattuga servendo con salsa di *mayonnaise*. Per eleganza, sarà meglio disporre i sedani e la carne di granchio nei gusci dei granchi stessi. Questi si metteranno ad uno ad uno sul piatto con un letto di foglie di lattughe, servendo colla salsa di *mayonnaise*.

216. — **Insalata di lattuga.**

Si sceglieranno le foglie centrali e medie delle lattughe, e se non è più che necessario non si laveranno. Qualora si dovesse farlo, facciasi attenzione di non rompere o separare le foglie dalla radice. Si metteranno quindi in un cestino di ferro per immergerle in acqua fredda, scuotendole poi ed asciugandole perfettamente con un pannolino e disposte in una insalatiera si serviranno con salsa alla francese a parte.

Le insalate di indivia, acetosa, crescione, erba S. Maria, nasturzio e foglie di rape, si possono preparare nello stesso modo.

217. — **Insalata di pomidoro e mayonnaise.**

Si sbuccieranno sei bei pomidoro e si porranno in ghiaccio. Mentre si raffreddano si farà la salsa *mayonnaise*, circa mezzo litro e al momento di servire si taglieranno in mezzo i pomidoro, e si disporranno su tante foglie di lattughe, dapprima stese su apposito piatto e vi si verserà poi sopra la *mayonnaise*.

218. — **Insalata di pomidoro e sedano.**

Si sbuccieranno sei pomidoro grossi, togliendo loro le estremità ed i semi senza romperli. Si taglierà quindi in piccoli pezzi la parte bianca di due sedani ed aggiuntavi la salsa francese con prezzemolo trito, si riempiranno i pomidoro disponendoli poi sopra foglie di lattughe al momento di servire l'insalata in tavola.

Si può benissimo sostituire il crescione al sedano.

219. — Insalata d'uova.

Si faccia bollire per otto o dieci minuti al più mezza dozzina d'uova, e cotte che siano, si gettino in acqua fredda per poter levar loro più facilmente îl guscio. Si taglieranno quindi a fette e si disporranno su foglie di lattuga in modo che l'estremità di ogni fetta si sovrapponga a quella dell'altra. Facciasi una salsa francese, aggiungendovi una cucchiaiata di prezzemolo trito ed una cipolletta pure triturata, e la si versi poi sull'insalata, guarnendola con foglie di prezzemolo. Si serve al momento.

220. — Insalata alla tedesca.

Si metterà in acqua bollente e per solo cinque minuti, mezzo chilo di *Sauerkraut* che si farà poi scolare e si laverà per bene in acqua fredda. Si taglierà quindi a striscie un cavolo rosso e lo si mischierà col *Sauerkraut*, unendovi una grossa cipolla tagliata a pezzetti, una cucchiaiata di cerfoglio trito e una cucchiaiata di *cren*. Poi si prenderà dell'indivia e la si porrà in una insalatiera, versandovi nel centro il composto suddetto e coprendo il tutto con salsa francese al momento di mettere in tavola.

221. — Insalata per l'estate.

Si sbuccieranno e si taglieranno a fette due grossi citriuoli, una radice di sedano ed un mazzo di ravanelli rossi. Si faranno poi cuocere sei carciofi, e dopo averli mondati e tagliuzzati, si uniranno al composto citato, mettendo tutto in una insalatiera ed aspergendo di cerfoglio trito e di salsa francese. Quest'ultima la si aggiunge al momento di mettere in tavola.

LATTUGA

(*Lactuga sativa*).

Nomi stranieri — francese: *Laitue* — inglese: *Lettuce* tedesco: *Lattich* — fiammingo e olandese: *Latouw* — danese: *Salat* — spagnuolo; *Lechuga* — portoghese: *Alface*.

Non vi ha legume che come le lattughe sia di facile vegetazione e rapidissima. Si possono trapiantare fra gli altri ortaggi lenti a raggiungere la maturazione come i carciofi, i cardi, le cipolle, l'aglio, i cavoli, ecc. Le lattughe amano il terreno fresco e ben concimato, perciò se la frescura non sarà naturale, la si deve procacciare con frequenti inaffiature. Le lattughe per l'estate si seminano dopo la metà d'aprile; per l'inverno verso la metà d'agosto. Esse sono buone, rinfrescative e saporitissime, tanto che le vediamo sulla tavola del ricco signore, come del più umile operaio. Questa eccellente verdura la si condisce come le indivie. Le principali varietà che si possono coltivare e mettere a disposizione della cucina sono: le *lattughe da taglio,* che si seminano in più riprese di quindici in quindici giorni, da febbraio a settembre, e di cui si falciano le foglioline al bisogno; il *lattughino* a foglie tenerissime; le *lattughe a cappuccio,* le quali hanno al centro una palla o testa quasi come piccoli cavoli, attorniata da larghe foglie. Le precoci si seminano in febbraio e marzo. Quelle d'estate da febbraio a giugno, e quelle d'inverno a settembre e riparandole con foglie durante il gelo; la *lattuga di primavera* precocissima; quella di *primavera lenta a far semente;* quella d'*estate grossa* tenera, e quella a *testa dura* di Napoli. Vi sono poi le *lattughe d'autunno,* le *Bœuf;* quella d'*inverno Passione;* la *bionda gigante,* che è una delle migliori lattughe d'estate che finora abbiasi in commercio. Il suo fogliame è dentellato, ondulato, di color biondo quasi dorato, di cespo grossissimo, alto, largo e duro. Essa resiste ai calori estivi senza andare in semente, ha foglie sostenute consistenti e ottime a mangiarsi.

Abbiamo anche la *lattuga romana* diversa dalle altre per la sua grande testa a foglie ovali e le coste pronunciate; ma la cottura vuol essere identica come per le lattughe in genere. Si semina da febbraio a giugno per consumare dal maggio innanzi, o si semina in autunno per ottenerla in inverno. In questo caso si raccoglieranno intorno al cespo con un legaccio di foglie perchè si imbianchino le interne. In insalata questa lattuga è più che eccellente.

Vi è poi la *lattuga romana d'inverno*, la *romana di Potenza* e la *romana reale*. Riepilogando possiamo dire che le lattughe sono utilissime nella cucina, poichè si mettono tanto nelle zuppe che negli intingoli diversi.

La lattuga è una verdura calmante e anche narcotica. La lattuga romana dicono fosse portata da Roma da Rabelais, che ne dotò la sua patria.

222. — **Lattuga brasata.**

Dopo aver levate le foglie esterne alla lattuga, si lava ben bene, poi si spreme. In una casseruola si preparano fettoline di lardo, su cui si stende la lattuga; ci si mettono due cipolle picchiettate di chiodi di garofano e si bagna il tutto con del brodo; si chiude la casseruola e si fa brasare al forno per una mezz'ora. Allorchè la lattuga è cotta, si serve.

223. — **Lattuga ripiena.**

Si mette la lattuga nell'acqua salata ad imbianchire per qualche minuto, poi si fa sgocciolare, premendola bene, e s'introduce nell'interno d'ogni pianticella un composto di carne e salsiccie finamente tagliuzzate. Si pongono poi le lattughe legate con una funicella in una casseruola e si coprono di fettoline di lardo, carote e prezzemolo. Si bagnano con brodo e si fanno cuocere per tre quarti d'ora.

224. — « **Cuori** » **di lattuga fritti.**

Tagliare il « cuore » d'ogni lattuga, farli cuocere come è detto nella ricetta: « *Lattuga brasata* » poi immergerli

nell'uovo e nella mollica di pane grattugiato, e friggerli a burro bollente.

225. — Torta di lattuga.

Si fa brasare la lattuga, poi si preparano delle fette sottili di pane arrostito e si stendono nel fondo di un piatto profondo di porcellana resistente al fuoco. Si pone uno strato di lattuga sul pane, poi un altro di pane, un quarto di lattuga e così via. L'ultimo strato dev'essere di lattuga. Si fa cuocere al forno.

226. — Lattuga alla chiffonnade.

Scegliere delle larghe foglie di lattuga, sovrapporle le une alle altre e tagliarle a striscioline sottilissime, che si fanno cuocere nel burro. Questa *chiffonnade* si adopera per le zuppe e le minestre.

227. — Lattuga alla crema.

Dopo aver fatto brasare le lattughe, si tagliano minutamente. Si mette in una casseruola un pezzetto di burro che si fa fondere, e al quale si aggiunge una cucchiaiata di farina, e un po' di crema. Si mettono le lattughe in questa salsa e si lasciano cuocere per dieci minuti.

228. — Siroppo di lattuga.

Si lava la lattuga e si fa bollire per un'ora in un litro d'acqua. Si passa il liquido attraverso una salvietta e si nzucchera moderatamente. Questo siroppo rinfrescativo, emolliente e sonnifero, è raccomandato alle persone nervose.

229. — Minestra di lattughe.

Si taglia la lattuga, si lava, si sgocciola e si pone in una casseruola con due cipolle, e un mazzolino d'erbe odorose; ci si versa del *consommé,* un pezzo di burro, una manciata di riso e del sale.

230. — **Zuppa di lattuga.**

Questa zuppa è ottima in autunno e si ottiene aggiungendovi un miscuglio di verdura da rendere il sapore più gradito. Si porrà nel *consommé* bollente la parte bianca di quattro patate, le foglie gialle di due sedani e quelle di una lattuga trite. Vi si aggiungerà mezzo litro di piselli, due grandi cucchiaiate di farina stemperata bene nel brodo freddo e legato il *consommé*, si farà bollire per un'ora e mezza. Si verserà nella zuppiera guarnita di crostini di pane.

LENTI

(*Ervum lens*).

Nomi stranieri — francese: *Lentille* — inglese: *Lentil* — tedesco: *Linse* — fiammingo e olandese: *Linze* — danese: *Lindse* — spagnuolo: *Lenteja* — portoghese: *Lentilha*.

Le lenti si seminano in marzo in linee e la coltura si fa identica a quella dei fagiuoli. Alle lenti confà meglio il terreno friabile che quello saturo di sostanza vegetale. In questo dà molte foglie e pochi baccelli. Le varietà di lenti più coltivate e migliori per la cucina sono: quelle *quarantine* rosse e bianche e le *piatte* larghe. Le lenti si mangiano in minestra come i fagiuoli e si mettono cotte negli umidi. Sono buonissime per guarnitura dei salami cotti, principalmente pel salame di fegato, detto anche mortadella. Se ne fa anche una *purée* di sapore deliziosissimo.

La famosa *revalenta arabica* è fabbricata colla farina di lenti.

Per esse, Esaù, tornando dalla caccia, affamato, vendette, dice la Santa Scrittura, la sua primogenitura al fratello Giacobbe. Peccato che la ricetta del famoso piatto biblico non sia giunta fino a noi, poichè è chiaro che un piatto, il cui squisito profumo eccitò tutte le cupidigie del figlio maggiore d'Abramo, doveva essere preparato in modo affatto speciale.

231. — Lenti alla Provenzale.

Si prenderà un mezzo litro di lenti, si lascieranno in acqua fredda per una notte, quindi si faranno sgocciolare. Si faranno in seguito bollire in acqua calda rapidamente e poi lentamente per circa un'ora, strizzandole e coprendole di nuovo con altra acqua bollente, e continuando la cottura sino a che abbiano a cedere alla pressione delle dita. Cotte, si passeranno allo staccio e poi si porranno in una casseruola con mezz'etto di burro, un poco di sugo di cipolla, pepe e sale, rimescolando tutto il composto sul fuoco per quindici minuti e servendole caldissime. Vi si possono anche aggiungere due cucchiaiate di crema.

232. — Lenti al riso.

Si cuoceranno le lenti nel modo stesso che venne indicato per quelle alla *provenzale*, quindi si prenderà un quinto di riso e lo si porrà a cuocere in una pentola d'acqua bollente. Cotto che sia lo si colerà per lo staccio e si lascierà accanto al fuoco dieci o quindici minuti ad asciugare in modo che ogni grano sia bianco e non attaccato l'uno all'altro. Si porrà in una padella un mezz'etto di burro e, rosolato, vi si aggiungeranno le lenti e il riso, mescolando sopra il fuoco per quindici minuti coll'aggiunta di sale e pepe. Si serviranno caldissime.

233. — Lenti in istufato.

Messa a fuoco una pentola contenente una proporzionata quantità d'acqua, vi si immergeranno le lenti (mezzo litro), poco prima che abbia a sollevarsi l'ebollizione; si abbia cura, allorquando le lenti cominciano a bollire, di levare colla schiumarola quelle che vengono a galla e così grado grado fino a che tutte sieno tolte; le poche che restano al fondo si faranno scolare nello staccio. Dopo aver stemperate nella casseruola due alici con olio, burro e cipolletta finamente tritata e di averle rosolate

per bene, vi si faranno tostar dentro le lenti, aggiungendovi poi del sugo o brodo e lasciando terminare la loro cottura. Si serviranno calde.

234. — Lenti in zuppa.

Si porrà in una pentola dell'acqua e appena questa leverà il bollore, vi si getterà entro un quarto di litro di lenti secche mondate per bene. Si avrà cura di togliere dalla pentola quelle che vengono a galla e di lasciar cuocere le altre, fino a che si schiaccino sotto le dita, ponendole poi a sgocciolare in uno staccio. Si preparerà frattanto in una casseruola dell'olio fino, del prezzemolo, delle foglie di salvia e qualche acciuga, il tutto tritato alla mezzaluna. Rosolato il composto per bene, vi si aggiungeranno le lenti, rimestandole e bagnandole con olio, lasciandole cuocere a fuoco lento, ma avendo però cura d'agitare la massa di tanto in tanto. Alcuni minuti dopo si verserà brodo e lenti in zuppiera, nella quale si saranno disposte già delle fette di pane tostate con burro.

235. — Lenti alla borghese.

Si facciano cuocere delle lenti solitamente come i piselli ed i fagiuoli e se voglionsi mettere in istufato si tenga lo stesso processo dei piselli in istufato. Facendole alla borghese si metteranno in un soffritto di cipolla già cotto, aggiungendovi molta farina ed una cucchiaiata di zucchero e bagnandole con brodo o sugo. Si legherà la salsa con tuorli d'uovo, un quinto di latte ed un poco di cannella in polvere.

236. — Zuppa di lenti alla purée.

Si farà cuocere un litro di lenti aggiungendovi due carote, due cipollette ed un poco di pepe. Passate che siano allo staccio e ben spremute tanto da formare una *purée* si tornerà a farle bollire chiarificandole con brodo e digrassandole. Al momento di servire si verserà il composto sui crostini passati al burro. Il processo sopra descritto serve per una buona zuppa di lenti alla *purée*.

237. — Purée di lenti.

Si faranno cuocere le lenti con buon lardo imbianchito, avanzi di carni, carote, cipolle e chiovi di garofano, aggiungendovi del brodo. Cotti che siano tutti i legumi si faranno passare ben bene allo staccio, quindi si metterà la *purée* in casseruola aggiungendovi due bicchieri di salsa spagnuola. Ricordiamo che quest'ultima salsa si ottiene mettendo in casseruola su fuoco vivo un litro circa di vino bianco, una cucchiaiata di gelatina, un poco di vitello e di prosciutto, qualche pezzo di selvaggiume, due o tre carote, una cipollina tagliuzzata e chiovi di garofano a piacere. Si fa ridurre la parte liquida, aggiungendovi del sugo perfetto, timo, lauro, funghi, prezzemolo, cipolletta e facendo bollire il tutto a fuoco lento per tre ore con un poco di sale. La salsa è fatta.

238. — Lenti alla maître d'hôtel.

S'immergono le lenti nell'acqua per qualche ora e s mettono poi a freddo nell'acqua con un po' di sale, due cipolle, una carota, un po' di sedano e di prezzemolo e si fanno cuocere quindi si sgocciolano e si pongono in una casseruola con burro, prezzemolo, sale e pepe.

239. — Lenti alla Bretone.

Si fan cuocere le lenti come nel processo precedente, ma nella casseruola si mette burro e due cipolle, con qualche po' d'acqua, si fa bollire la salsa per alcuni minuti, e quindi vi si aggiungono le lenti, cuocendole appena un quarto d'ora.

240. — Cibreo di lenti.

Si faranno cuocere le lenti nell'acqua salata e quindi si sgoccioleranno. Si preparerà poi una salsa rosso-bionda e la si unirà a del prezzemolo e ad una o due cipolle trite. Si inumidirà con brodo, vi si porranno le lenti con sale e pepe e si farà cuocere.

241. — **Minestra di lenti.**

Si prenderà mezzo litro di lenti e si lascieranno in acqua tutta notte, sgocciolandole nel susseguente mattino. Dopo averle lavate, si porranno di nuovo in una pentola con due litri di brodo e si faranno sobbollire per un'ora e mezza. Si farà liquefare in una padella mezz'etto di burro, unendovi poi una cipolla tagliuzzata a fette, un poco di prezzemolo trito, del timo ed una foglia di lauro. Si faccia friggere questo composto e poi lo si unisca alle lenti facendole cuocere per un'altra mezz'ora. Si farà passare il tutto per uno staccio e rimettendolo nella pentola, si farà bollire con condimento di sale e pepe, aggiungendovi a suo tempo il riso.

242. — **Lenti all'olio.**

Si faccia stemperare in un poco d'olio d'oliva un'alice e dopo vi si metta una cipolletta tritata minutamente, facendola rosolare. Si aggiungeranno poi le lenti (un quinto di litro) state dapprima in acqua fresca per alcune ore ed asciugate. Dapprima si agiteranno un poco, e poscia si uniranno al sugo per terminare la cottura e ponendovi anche un poco di acqua o brodo (o brodo di rane se si cucina di magro), passando poi per lo staccio. Dopo si faranno tostare delle fette di pane e poste in marmitta si bagneranno.

Inutile dire che la si deve servir calda.

243. — **Lenti all'arrosto o col lesso.**

Si prenderanno delle lenti (quella quantità che si desidera) e si porranno nell'acqua, ponendovi sopra un pezzo di vitello, pollo od orecchie di vitello, ecc. Vi si aggiungeranno carote, cipolline, garofani, lauro, sale e pepe e si porrà la casseruola al fuoco; cotto che sia il vitello o pollo, ecc., lo si porrà nel brodo caldo e poscia si passeranno le lenti alla stamigna e vi si aggiungerà brodo eccellente e rimesso tutto sul fuoco si farà ridurre, come usasi comunemente. Si lascierà sgocciolare il pezzo di

carne destinato ad esser posto nel *consommé* e si servirà caldissimo. Per l'arrosto e cioè per il vitello arrosto, pollo, anitra, ecc., il processo è il seguente: si metterà in casseruola del lardo (un etto) e sopra vi si collocherà il pezzo di carne da far arrostire unendovi poi altro lardo, degli avanzi di carne cotta, o pollame, carote, due cipolle tagliuzzate, alcuni chiovi di garofano, lauro, timo, prezzemolo e brodo perfetto. Si lascierà cuocere per un'ora, e prima di mettere in tavola si farà sgocciolare la sostanza arrostita, ponendola sopra la *purée* di lenti, caldissima.

LUFFA DI YOKOHAMA.

Si semina in aprile e, come ogni altra cocurbitacea, in posizione ben soleggiata e in terreno assai concimato, con abbondanti inaffiature. La luffa è rampicante e quindi si deve affidarla a sostegno. I frutti cominciano ad apparire in luglio ed a mezzo sviluppo, cioè divenuti grossi come i citriuoli da conservarsi in aceto, sono commestibili. Si fanno dapprima scottare in acqua bollente e poi si friggono con burro, come le zucchette e sono eccellenti. A maturanza completa, nell'interno del frutto, appare una matassa di fibre arruffate, coriacee, ma morbide, che sbucciata e pulita dai semi, serve specialmente da spugna ed ad altri usi domestici.

LUPPOLO

(*Humulus lupulus*).

Il luppolo è una pianta bellissima spontanea, i di cui giovani getti si adoperano, come gli asparagi, tanto in minestra che conditi e sono teneri e di sapore squisito. È verdura ottima per la cucina nel mese di maggio quando appunto se ne difetta. Il luppolo selvatico si chiama anche Lovertise.

Il fiore del luppolo serve quale ingrediente principale della birra.

214. — **Minestra di lovertise.**
(*Luppoli selvatici*).

Si taglieranno le lovertise a piccoli pezzi fino alla parte tenera, si laveranno e si farà dar loro una ebollizione di due o tre minuti nell'acqua pura, quindi si spremeranno e si farà loro prendere la bontà del burro già in antecedenza liquefatto perfettamente e ciò finchè raggiungono un bel color d'oro (cinquanta grammi di burro bastano). Poi si lascieranno confinare salandole e bagnandole con buon brodo di grasso o di magro e terminando così la cottura, si servirà la zuppa con pane tosto.

Le lovertise si possono anche *maritare* (detto veramente culinario invece di *unire*) all'atto della cottura con due uova e venticinque grammi di formaggio sbattuto assieme.

Come tutte le altre minestre questa si serve calda.

MAIS ZUCCHERINO (*Zea mays*)
o frumentone zuccherino.

Nomi stranieri — francese: *Mais* — tedesco: *Mais* — inglese: *Maize indian corn* — fiammingo e olandese: *Turqsche tarwe* — spagnuolo: *Maiz* — portoghese: *Milho*.

Naturalmente questo grano differisce dall'altro, coltivato come cereale. I chicchi del Mais zuccherino sono aggrinziti, piatti, diafani, teneri e ricchi di zucchero tanto da sembrare un manipolato da pasticciere piuttostochè un prodotto naturale. Si coltiva come tutti i granoturchi e lo si raccoglie allora che è allo stato molle e lattiginoso.

La sua pannocchia o spiga, è eccellente cotta nell'acqua e servita col lesso; i soli chicchi sono squisiti, cotti come i fagiuoli, sia al burro che in insalata. Anche le piccole pannocchie, prima che abbiano raggiunta la fioritura sono buonissime, se messe in aceto, appunto come i citriolini. Il processo di cucina è identico.

215. — **Polenta alla salvia.**

Si prendrà quel tanto di farina gialla che basti per fare una polenta, e frattanto che essa cuoce, si porrà a

fuoco ardente in una casseruola mezz'etto di olio d'oliva finissimo, una cipolla spaccata in croce, della salvia trita con prezzemolo e con due o tre acciughe, quindi mezz'etto di funghi secchi già stati ammolliti nell'acqua tiepida e passati, come la salvia ed il prezzemolo, alla mezzaluna. Appena l'olio avrà principiato a prendere colore, lo si verserà sulla polenta mescolandola sempre fino a cottura completa. Si taglierà poi a fette che infarinate per bene si faranno cuocere nell'olio che si sarà fatto tostare prima con dell'altra salvia triturata. Si serve caldissima.

246. — **Polenta dolce.**

In un litro e mezzo di latte con sale, si metterà a bollire tanta farina gialla quanto basti per fare una polenta non troppo dura. Giunta a metà cottura, la si toglierà dal fuoco e vi si aggiungeranno sei tuorli d'uova sbattuti, un pizzico di cannella, quattro cucchiaiate di zucchero in polvere, due etti di burro fresco ed una dozzina di amaretti polverizzati. Si farà un impasto per bene, quindi postolo in uno stampo spalmato di burro, lo si farà cuocere a fuoco moderato sotto e sopra, sino a che la superficie avrà preso un bel color d'oro.

247. — **Polenta lardellata.**

Si metterà in padella un etto di burro e lo si farà friggere unendovi delle sottili e piccole fette di lardo, un etto circa, qualche poco di ginepro, quattro o cinque foglie di salvia ed un fegato di pollo tritato finamente, oppure un mezz'etto di salsiccia fresca ridotta in pasta dopo averle tolta la pellicola. Si faccia friggere il tutto a fuoco ardente, salando debitamente, quindi lo si versi nel buco di una polenta che si sarà approntata caldissima. Sembrerà di mangiare polenta ed uccelli.

248. — **Frittura di polenta.**

Si faccia mezzo chilo di polenta con farina gialla adoperando circa un litro di latte con un pizzico di sale. La si lascierà raffreddare, poi con un filo si taglierà a fette della grossezza d'un dito e coll'orlo di un bicchiere

si formeranno tante rotelle, che bagnate poi in tuorli d'uova sbattuti e avvoltolate nel pane grattugiato, si metteranno in una padella entro la quale vi sarà un etto e mezzo o due di burro a seconda del bisogno. Alla polenta si può benissimo aggiungere della cannella, dello zucchero, del formaggio e del burro. Le frittelle di polenta si ottengono eccellenti col mettere fra una rotella e l'altra una fetta di formaggio giovane (detto *battelmatt*) avvolgendo tre rotelle unite nell'uovo e pane come sopra abbiamo indicato.

MELANZANA

(*Solanum melongena*).

Nomi stranieri — francese: *Aubergine* — tedesco: *Cierpflanze, eierfrucht* — inglese: *Egg-plant* — fiammingo: *Eierplant* — spagnuolo: *Berengena* — portoghese: *Bringela.*

La melanzana, detta anche *Petonciana,* si semina in primavera in terreno ben lavorato, assai concimato ed esposto al sole. Si trapiantano le piantine quando hanno raggiunto l'altezza di quindici centimetri, ponendole a cinquanta centimetri fra loro. Le inaffiature si devono fare di frequente ed i frutti si raccoglieranno non troppo maturi affinchè non abbiano a diventare amari e la polpa fracida. Vari sono i modi coi quali si allestiscono nelle nostre cucine.

Le melanzane si possono anche friggere, come le zucchette, ma in questo caso è necessario scegliere quelle che trovansi a due terzi del loro sviluppo. Le varietà che più si raccomandano per la cucina sono: la *violetta precoce;* la *nera di Pechino;* quella della *China bianchissima;* quella *uova vegetali* e la *variegata* della Guadalupa. La melanzana bianca della China si deve preferire allorquando trattasi di far fritture.

Le melanzane si possono benissimo conservare per l'inverno sbucciandole e facendole bollire in acqua per due minuti e poscia seccare al forno.

Si mangiano anche in insalata e crude, asperse d'olio e pepe. Cotte si possono conservare nell'aceto siccome i citrioli.

249. — Melanzane al forno.

Si dividono per metà le melanzane, si estrae loro un poco di quella parte molle attorno ai semi e si gettano nell'acqua bollente per mezz'ora circa. Poscia si faranno sgocciolare, estraendo ancora dalla corteccia una parte della polpa, che si triturerà con funghi, erbe fine, prosciutto e si farà friggere questa pasta entro un tegame con sale e burro fresco (un etto). Questo serve per riempire le buccie delle melanzane le quali cotte per tre quarti d'ora al forno si servono calde.

250. — Melanzane fritte.

Si tagliuzzano a fette le melanzane e dopo d'averle ravvolte nell'uovo e nella farina, si fanno friggere nel burro.

251. — Melanzane al burro.

Si sbuccieranno quelle melanzane che voglionsi adoperare e affettate si getteranno nell'acqua bollente salata. Venti minuti bastano. Si stilleranno poi e si triturerannno finamente, aggiungendovi mezz'etto di burro, un poco di sale, un pizzico di pepe, ponendo il tutto in una casseruola e mescolando fino a che si alzerà la bollitura. Si servono sopra piatto caldo.

252. — Melanzane ripiene alla milanese.

Si faccia triturare la carne bianca di un pollo cotto, vi si aggiunga pane grattugiato a sufficienza, mezz'etto di burro liquefatto e pepe. Si ponga questo composto nel centro d'ogni melanzana, spargendovi sopra del pane grattugiato. Si tagliuzzeranno poi a fette una cipolla ed una carota e si porranno in fondo di una tegghia con una foglia di lauro, quattro chiovi di garofani e un pezzetto di macis. Nella tegghia così preparata vi si aggiungeranno le melanzane, alle quali si unirà pure un litro di brodo facendo cuocere a fuoco moderato per un'ora. Assorbito il brodo, se ne aggiungerà fino a che abbiasi ottenuta la perfetta cottura. Si servono poi in tavola con salsa spagnuola.

253. — **Melanzane ripiene.**

Si laveranno per bene quelle melanzane che voglionsi adoperare, quindi si metteranno in una pentola d'acqua bollente, lasciandole cuocere per circa mezz'ora. Dopo di che si leveranno, si taglieranno in due e se ne scaverà fuori con cura la parte molle. Facciasi attenzione di non rompere la pelle e di lasciar loro uno spessore sufficiente che possa assicurare la forma stessa. La parte molle della melanzana stata levata si triturerà finamente e la si unirà a del pane grattugiato, a mezz'etto di burro, sale, pepe e noce moscata a discrezione. Si mescolerà il tutto per bene, e con questo composto si riempiranno le melanzane aspergendole poi con pane trito e ponendole nel forno per pochi minuti. Si può anche farle cuocere su fornello con fuoco moderato sotto e sopra.

254. — **Melanzane pasticciate.**

Si taglieranno a fette le melanzane che voglionsi adoperare e si aspergeranno con sale e pepe. Si preparerà poi una pastina nella quale si immergeranno le melanzane friggendole nel modo solito con strutto o burro.

255. — **Melanzane in frittura.**

Si tagliuzzerà a fette una melanzana e la si immergerà prima in un uovo leggermente sbattuto con una cucchiaiata d'acqua calda, quindi nel pane grattugiato. Queste fette di melanzane si porranno poi a friggere in una padella ove sarà stata sciolta una data quantità di strutto. Rosolate che siano da una parte, si faranno friggere dall'altra, avvertendo di non accumularle assieme, ma di friggere poche fette per volta. Consumato che sia il grasso, è mestieri aggiungerne dell'altro, aspettando però che lo strutto sia caldo prima di mettervi le melanzane. Le fette si faranno stillare prima di metterle in tavola, avendo però la precauzione di mantenerle caldissime.

256. — **Melanzane alla parigina.**

Preparate le melanzane com'è detto nella ricetta *Melanzane ripiene*, si farà loro un ripieno composto di tre o quattro cipolline fritte nel burro, di un po' di prezzemolo, funghi, sale e pepe e pane grattugiato e per ultimo due o tre tuorli d'uova. Riempite con questo composto le melanzane, si mettono al forno, e prima di servirle si bagnano con salsa di pomidoro.

NASTURZIO INDIANO

(*Tropaeolum*).

Nomi stranieri — francese: *Capucine* — tedesco: *Kapuciner* — inglese: *Tall nasturtium* — fiammingo e olandese: *Capucine kers* — spagnuolo: *Capuchina* — portoghese: *Chagas*.

Lo si semina in primavera in luogo ben esposto, entro un terreno dissodato, sminuzzato ed ingrassato per bene. I rami di questa pianta si devono munire di rami come i fagiuoli essendo molto lunghi, deboli e molli. Questo nasturzio, detto anche cappuccino, si adopera fiorito, quale ornamento alle insalate ed in bottoni non del tutto sbocciati, unitamente ai semi ancora teneri, si può mettere nell'aceto col processo stesso che si usa per i capperi.

NASTURZIO TUBEROSO

(*Tropaeolum tuberosum*).

È pianta alimentare che si coltiva nello stesso modo delle patate e cioè mediante piccoli tuberi seminati in primavera, ramificandoli affinchè abbiano ad arrampicarsi. Ai primi geli si estraggono i tuberi facendoli poi asciugare, e si conservano entro la sabbia in luogo temperato. Il processo della cucinazione è identico a quello delle patate.

NAVONI.

Si seminano in luglio e agosto in terreno leggero ed irrigabile. Se le piantine sono troppo fitte si diradano lasciandone una ogni 10 centim. Si inaffiano di frequente

con acqua mista a concime liquido e alla fine di dicembre si coprono le ajuole con foglie secche e con paglia, estirpandone le radici al bisogno. Si usano come le rape o lessati.

257. — Navoni alla mostarda.

I navoni appartengono alla categoria delle rape. Dopo aver lessato quel dato numero di navoni che si crede bastante, si taglieranno a fette e si terminerà di farli cuocere in un soffritto di cipolla già cotta. Al momento di servirli vi si aggiungerà della mostarda forte piccante, (fatta con mosto di vino concentrato al fuoco e senape). Si possono servire ben anco, dopo cotti, spolverizzati di zucchero e di sugo di mostarda.

258. — Navoni alla purée.

Si taglieranno diversi navoni a fette e si faranno bollire in acqua calda salata, ponendoli poi in una casseruola con burro e brodo a sufficienza per coprirli. Cotti che siano si passeranno per lo staccio ed il sugo che se ne ricaverà lo si porrà in una casseruola conservandolo caldo ed aggiungendovi prima un poco di zucchero, poi una cucchiaiata di salsa vellutata, ed in mancanza di questa, due tuorli d'uovo e alcuni pezzetti di burro fresco. Questo *purée* si serve benissimo come guarnizione di costolette di castrato, arrosto di vitello, pollo arrosto, ecc.

259. — Navoni vergini.

Si taglieranno i navoni in forma di spicchi d'aglio o di pera e si faranno bollire in acqua calda per toglier loro ogni asprezza, quindi si passerano al burro, spruzzandoli con una cucchiaiata di farina e bagnandoli con brodo. Quando sieno cotti, si incorporerà ad essi un intriso di tuorlo d'uovo diluito in buon fiore di latte, alcuni pezzetti di burro fresco che si stempererà a poco a poco, un pizzico di zucchero. Piuttosto che aspergere di farina i navoni, si serviranno con salsa vellutata. Si preparano ben anco, e nel modo stesso, colla senape, aggiungendovene una cucchiaiata al momento di metterli in tavola.

PATATA

(*Solanum tuberosum*).

Nomi stranieri — francese: *Pomme de terre* — tedesco: *Erdäpfel kartoffel* — inglese: *Patato* — fiammingo e olandese: *Aardappel* — danese: *Jordpeeren* — spagnuolo e portoghese: *Patatas*.

Questa radice tuberosa, delicatissima, originaria dell'America e delle Indie, offre il suo frutto dall'agosto al settembre, dietro piantagione de' tuberi nel mese di marzo. Si può dire che questo tubero è l'amico del povero e del ricco perchè somministra un cibo sano, nutriente sia mangiandolo solo lessato, che cotto sotto la cenere e in tutti gli altri modi condito. La cucina tedesca è quella che fa più uso delle patate sia in minestra, che in tutti gli intingoli, e da questo tubero si può estrarre anche la birra, la carta, ecc. Coltivata nei paesi meridionali può rendere dei veri servigi, per cui si dovrebbe anche colà estenderne maggiormente la coltivazione. Le varietà delle patate che danno migliori prodotti e più conosciute sono: la *patata rossa*, quella *bianca*, la *rossa lunga* e la *gialla lunga*.

In Germania si produce per un miliardo e cento milioni di lire in patate, ed in Francia per settecento milioni, quindi in questi paesi la patata ha il quarto posto fra le colture, ivi i contadini sono ben nutriti e senza pellagra, e vi fioriscono le industrie dell'alcool, della fecola, dell'allevamento del bestiame, e si sviluppa sempre più l'esportazione. Da noi, in Italia, non si toccano i 30 milioni di lire, ed abbiamo contadini poveri, macilenti, esausti per la pellagra.

L'esperienza dimostrò che piantando tuberi interi il prodotto è maggiore e la pianta non va così facilmente soggetta alla cancrena al piede. Il piantamento delle patate per l'Alta Italia si farà entro l'aprile facendo dei solchi lontani fra loro di 60 centimetri e in essi a 50 centimetri uno dall'altro, mettendo i tuberi intieri.

Le nostre varietà che molto si raccomandano e per la semina e per la cucina, sono: la *patata gialla grossa*, varietà a tubero oblungo grosso, a polpa gialla; la *pa-*

tata rosa, antica varietà, polpa rossa e farinosa: *patata Monti del Lario*, buonissima varietà, forse la migliore delle italiane, tubero grosso, pelle rugosa, polpa farinosa ed eccellente per tavola, di grandissimo prodotto. La *patata quarantina* o *Gloria milanese*, varietà precocissima, e che viene adoperata anch'essa per la cucina perchè oltre a fornire un piatto gustosissimo, si ottiene a prezzo mite. Ha polpa bianca, squisita, molto delicata.

Tutte queste varietà di patate possiedono un gusto dolcigno e delicato, tanto che si possono cucinare in diverse maniere. Cotte al forno od a vapore sono eccellenti.

Le patate dolci poi sono meno umidacee e più zuccherine delle altre.

La patata ci venne, come abbiam detto, dall'America Settentrionale, dalla Virginia. Nel 1856, sir Walter Raleigh la importò in Irlanda, e la piantò nel suo proprio giardino, donde si diffuse per l'Europa, meno che in Ispagna e nel Portogallo, dov'essa era già conosciuta.

La patata era dunque conosciuta in Europa — da più di cent'anni, prima che Parmentier, francese, colla sua perseverante iniziativa, ne facesse conoscere ed apprezzare le innumerevoli qualità nutritive. Egli pubblicò sulla patata nientemeno che un lavoro nel 1771. L'Accademia di Besançon, commossa dalla grande miseria del popolo, aveva messo a concorso il seguente soggetto: Indicazione delle sostanze alimentari capaci di attenuare le calamità d'una carestia. Parmentier, nella sua memoria, dimostrò le virtù e le qualità nutritive della patata. La memoria fu premiata ed ebbe gran successo. Molti detrattori lo tacciarono d'esagerato e ampolloso, ma Luigi XVI lo ricevette e l'incoraggiò e nel 1781, fece mettere a sua disposizione cinquantaquattro arpenti di terra nella pianura di Sablons per la coltivazione del suo tubero.

Noi abbiamo preparato, ai nostri cortesi lettori, una serie infinita di prelibati piatti di patate, ed affinchè la nostra massaia o il nostro cuoco trovino prontamente quanto loro abbisogna, abbiamo così ordinato i piatti: Zuppe e minestre di patate. — Patate bollite, fritte, ed

arrostite. — Patate in intingoli. — Patate in *purée*. — Patate in insalata. — Piatti dolci di patate.

Ce n'è per tutti i gusti.

260. — **Conservazione delle patate.**

Si possono conservare le patate, anche per vari anni, scottandole semplicemente, cioè immergendole per qualche minuto nell'acqua ben calda, avendo però cura che non abbiano a screpolarsi. Scottate in tal modo e bene asciugate, si conservano a lungo senza punto germinare o divenire diacciate, non perdendo mai la loro particolarità farinacea.

MINESTRE E ZUPPE DI PATATE.

261. — **Zuppa di patate.**

Si farà cuocere nell'acqua, circa mezzo chilo di patate e passate allo staccio si porranno in una casseruola con un etto di burro fresco, un poco di sale ed una tazza di latte (circa due quinti). Si farà bollire il composto fino a che si sarà formata come una specie di pasta piuttosto dura e vi ri aggiungeranno sei tuorli d'uova ed un bel pizzico di formaggio. Levata questa pasta dalla casseruola, si porrà nella siringa, si farà uscire dall'apposito foro e si avrà cura di tagliarla a pezzetti facendoli poi cuocere per sei o sette minuti nel brodo bollente. Tali vermicelli si porranno nella marmitta e spolverizzati di buon formaggio si serviranno caldi. Naturalmente la quantità del burro, del latte, delle patate, delle uova si dovrà aumentare in proporzione del numero delle persone che si devono servire.

262. — **Zuppa di patate alla provinciale.**

Si faccia cuocere un chilo di patate, si facciano passare allo staccio e dopo averle pulite per bene, si collochino in una casseruola con un etto di burro fresco, un pizzico di sale e mezzo bicchiere di panna o latte fresco e si

faccia bollire il tutto al fornello con fuoco semi lento. Liquefatta che sia la massa perfettamente da formare una specie di polentina, vi si aggiungono sei tuorli d'uovo affinchè la pasta abbia a prendere maggiore consistenza. Si formeranno poi tanti pezzetti ad uso piccoli dadi, e gettati nel brodo o sugo bollente, si lascieranno cuocere per cinque minuti. Potendo adoperare una siringa sarà meglio, ed allora in essa si porrà la pasta e mentre esce dal foro della siringa la si taglierà a piccoli pezzetti (ad uso tortelli) e si lascieranno cadere nel brodo bollente. Si versi la zuppa nella marmitta spolverizzandola di ottimo formaggio di grana e si serva caldissima.

263. — **Zuppa di patate alla romana.**

Facciansi bollire quattro grosse patate ponendole a fuoco in un litro d'acqua fredda e giunte a metà cottura, si getti via l'acqua e si coprano le patate con mezzo litro di acqua bollente, unendovi una foglia di lauro, un pezzetto di cipolla, del prezzemolo trito ed una pianta di sedano, facendo bollire il tutto a fuoco mite sino a che le patate siano cotte. Si farà poi scaldare in una pentola un litro di latte al quale si aggiungerà mezz'etto di burro e due cucchiaiate di farina mescolando il composto sino a che siasi per bene condensato. Cotte che siano le patate si faranno passare per lo staccio aggiungendovi a poco a poco il latte condensato, rimettendo il tutto nella pentola e servendo in tavola quando è ben caldo.

264. — **Zuppa di patate alla Parmentier.**

Tagliare e mettere in una casseruola due grosse cipolle, un sedano, un porro, e un po' di prosciutto tagliato a fettoline. Si fanno friggere questi ingredienti per qualche minuto nel burro, poi vi si aggiunge una dozzina di patate farinose tagliate a grossi pezzi. Ci si versa del brodo di vitello e si lascia bollire fino a completa cottura delle patate; allorchè sono cotte si levano dal brodo, si fanno sgocciolare, serbando il brodo, si pestano nel mortaio le patate e gli altri legumi, poi fattili passare per lo stac-

cio, si riversa tutto nel brodo. La zuppa è pronta e si serve con crostini al burro.

265. — **Zuppa di patate all'irlandese.**

Si prepara in una casseruola un pezzo di montone con quattro grosse cipolle, una dozzina di patate di grossezza media, un porro tagliuzzato, quattro chiovi di garofano, un mazzetto d'erbe odorose, tre litri d'acqua fredda leggermente salata. Si fa bollire il tutto per due ore, badando a schiumare. Poi si toglie la casseruola dal fuoco, si leva la carne, si pestano le patate nel mortaio, si passano allo staccio, si rimettono nel brodo e si serve.

266. — **Zuppa di patate alla genovese.**

Tagliare dodici patate e farle bollire con del brodo di vitello, finchè son cotte. Passarle poi allo staccio e rimetterle a fuoco col brodo. Preparare a parte, cotti nell'acqua salata, una manciata di piselli, due o tre fagioli, un po' di punte d'asparagi, e mischiare il tutto al momento di servire la zuppa.

267. — **Zuppa di patate alla Saint-Germain.**

Dopo aver preparato la zuppa, com'è detto precedentemente, unirci da ultimo quattro tuorli d'uova sciolti in un po' di crema e servire a parte dei crostini al burro.

268. — **Zuppa di patate alla Vittoria.**

Si fa una *purée* di patate, poi lo si discioglie nel brodo, e vi si aggiungono dei cornetti tagliati a losanghe.

269. — **Tapioca con patate.**

La tapioca aggiunta alla *purée* delle patate, rende la minestra più densa. Le patate possono essere messe in qualunque minestra, coi vermicelli, coi maccheroni, col riso, ecc.

270. — **Zuppa di patate ai niokis.**

Allorchè la zuppa fatta con brodo e *purée* di patate è pronta, si depongono nella zuppiera, i *niokis,* specie di

frittelle di cavoli immersi nel formaggio e poi nella farina e cotti nell'acqua salata.

271. — Ravioli con patate.

Invece di far cuocere i ravioli nel semplice brodo, si fanno cuocere nel brodo preparato colla *purée* di patate, come abbiamo più volte insegnato.

272. — Zuppa di patate alla borghese.

Si fanno cuocere nell'acqua leggermente salata dieci o dodici patate sbucciate. Allorchè son cotte, devono aver assorbito tutto il liquido in cui furono cotte, perciò si deve aver cura di mettercene poco. Si schiacciano in una casseruola e vi si versa dell'acqua calda, o del brodo. Quando bolle, vi si aggiungono cinque o sei porri tagliati a fettoline e si lascia bollire finchè i porri son cotti. Prima di servire, si mescola alla zuppa un bel pezzo di burro.

273. — Zuppa di patate alla moderna.

Si tagliuzzano sei o sette porri e si pongono a cuocere in una casseruola, per farli brasare nel *consommé*. Si preparano sbucciate e lavate dodici patate farinose, si tagliano a pezzi e si fanno cuocere in una casseruola con burro, prosciutto magro a dadolini e due cipolle. Si bagna il tutto con del *consommé*, aggiungendovi un ramoscello di timo e una foglia di lauro. Si lascia bollire finchè le patate son cotte. Quindi si versa nella zuppiera in cui son stati prima messi i porri brasati.

274. — Minestra di patate all'indiana.

Questa zuppa, che gli Indiani chiamano *Mulligatawny*, è molto apprezzata in Inghilterra.

Si tagliano due cipolle e si mettono a cuocere nel burro, evitando che abbiano a rosolare, vi si aggiunge una cucchiaiata di *curry* indiano e si continua a far friggere per due o tre minuti. Vi si aggiungono poi cento grammi di

fecola di patate con un litro di brodo di vitello e si fa bollire. Intanto a parte si fanno cuocere duecento grammi di riso e lo si versa nel brodo. Si aggiunge un pezzo di burro.

275. — Brodo farinaceo di patate.

Si farà anzitutto stemperare in poco brodo un cucchiaiata di fecola e si verserà così stemperata nel rimanente del brodo che si sarà messo sul fuoco in pentola e fatto bollire. Si farà attenzione di rimestare continuamente per non fare che la sostanza abbia a rimanere o troppo densa o troppo liquida.

PATATE BOLLITE, FRITTE ED ARROSTITE.

276. — Patate bollite al naturale.

Lavate le patate, mettetele in una casseruola e copritele d'acqua fredda, aggiungete una manciata di sale e fate cuocere a fuoco vivo e a coperchio chiuso. Allorchè bolle, rallentate il fuoco. Quando son cotte, levate l'acqua e rimettetele a fuoco dolce per farle ben seccare.

277. — Patate cotte a vapore.

In Inghilterra per far cuocere a vapore le patate si adopera un utensile detto « steamer » poco conosciuto da noi e ch'è d'un'utilità grande per le cotture a bagnomaria. Per cuocerle semplicemente a vapore, s'immergono in una casseruola con un po' d'acqua e sale; si copre con un panno umido e si chiude ermeticamente. Così le patate cuociono a vapore.

278. — Patate novelle.

Allorchè le patate son novelle, non si sbucciano ma si raschiano leggermente con una lama di coltello. Si servono al naturale o alla salsa, al burro o con la crema. Gli Inglesi hanno l'abitudine di mettere un mazzolino di menta colle patate, facendole bollire.

279. — **Patate in veste da camera.**

Si dà questo nome alle patate servite colla buccia, siano poi cotte nell'acqua, o a vapore, o sotto la cenere, o nel forno.

Si mangiano generalmente con del burro fresco e del sale.

Allorchè si cuociono al forno, è necessario fendere un poco la buccia, altrimenti potrebbero poi scoppiare, quando si ritirano dal fuoco.

280. — **Patate cotte sotto la cenere.**

Oggidì il gas e il carbon fossile hanno soppiantato la legna e il carbon vegetale; perciò questo modo di far cuocere le patate è ora quasi del tutto abbandonato. Cotte così, le patate, a detta degli amatori, acquistano un sapore squisito.

281. — **Coppiette di patate.**

Si prenderanno due tuorli d'uovo e si sbatteranno bene, quindi vi si aggiungerà un mezzo chilo di *purée* di patate e poi due cucchiaiate di panna, un poco di sugo di cipolla, prezzemolo trito, sale pepe e noce moscata, a seconda del gusto, ed un etto circa di burro. Si mescolerà bene e si porrà il composto in una casseruola, continuando a rimestarlo a fuoco mite, sino a che il composto si staccherà dalle pareti della casseruola. Tolto dal fuoco lo si lascierà raffreddare e poi lo si ridurrà in tante pallottoline, che schiacciate si immergeranno prima nelle uova e poi nel pane grattugiato, facendole cuocere in grasso d'arrosto bollente.

Le coppiette di patate servono per guarnizione di pesce tanto arrostito che lessato.

282. — **Croquettes di patate.**

Si cuoceranno le patate in acqua e sale; raffreddate che sieno, si pesteranno nel mortaio, amalgamando as-

sieme qualche uovo e un trito di erbe fine; si rammollirà il composto con panna in modo d'averne una pasta densa e quindi si foggieranno delle pallottole che si friggeranno al burro e quando avranno preso un bel colore si serviranno.

283. — Frittelle di patate.

Si prenderanno tre cucchiaiate di fecola di patate, cinque tuorli d'uovo e tre uovi interi, zucchero in quantità sufficiente e venticinque grammi d'acqua di fior d'arancio. Si frulli bene il tutto, aggiungendovi poi un poco di latte; mettete alquanto burro (due etti) in una padella, e quando sia bene liquefatto, ungendo tutta la superfice della padella stessa, vi si getterà una piccola ramaiolata di pasta, facendola scorrere per tutta la padella. Cotta che sia la si rovescierà sopra un piatto e la si spolverizzerà con zucchero, continuando così fino a che siavi pasta a fare queste piccole frittelle che si porranno una sopra l'altra, servendole calde o fredde a seconda del gusto.

284. — Frittata di patate.

Si faranno lessare otto o dieci patate grossissime e belle, e fredde che siano si tagliuzzeranno a dadi. In una terrina si farà liquefare un etto di burro, con sufficiente farina, un mezzo litro di panna o latte, un poco di sale e pepe. Dopo aver mischiato il tutto per bene, finchè bolla, vi si porranno le patate e poi del pane grattugiato ed alcuni pezzetti di burro qua e là riponendo la casseruola a fuoco piuttosto vivo finchè il composto abbia ottenuto un bel colore dorato. Si servirà nella terrina stessa.

285. — Frittura di patate alla Provenzale.

Si schiacceranno sei grosse patate cotte e sbucciate, unendovi un mezz'etto di zucchero in polvere, un pizzico di cannella, un etto di burro, tre tuorli d'uova e un poco di cedrato a pezzetti. Qualora la pasta non avesse a riescire omogenea, la si passerà allo staccio prima di ag-

giungervi il cedro, poi la si dividerà in tante frittelle che, infarinate, si faranno friggere. Si servono in tavola caldissime.

286. — Frittura di patate alla Savojarda.

Si facciano cuocere nell'acqua semplice diverse patate, quindi si tolga loro la pellicola e si pestino per bene nel mortaio, unendovi mezz'etto di zucchero, un poco di cannella, mezz'etto di burro fresco, tre tuorli d'uova con un poco di cedrato tritato fino, incorporando il tutto e formando delle pallottoline grosse come una noce. Queste pallottoline si infarineranno e si faranno poi friggere nel burro (settantacinque grammi) antecedentemente cotto. Si serviranno calde.

287. — Frittura di patate alla semplicità.

Si faranno cuocere e si sbuccieranno otto patate grosse e belle, quindi si pesteranno nel mortaio assieme a due cucchiaiate di prezzemolo trito, sale e cannella in polvere. Allorquando la pasta avrà preso una certa consistenza, la si dividerà in tante frittelle che si faranno friggere nel burro, voltandole e rivoltandole fino a che avranno preso un bel colore dorato. Questo piatto può servire di guarnizione alle carni lessate. Qualora si volesse un piatto più sostanzioso, non si fa che aggiungere alla pasta, quattro uova intere e mezz'etto di burro.

288. — Gnocchi di patate.

Si faranno bollire per pochi minuti otto o dieci patate. Lavate e tolta loro la pellicola, si porranno in una casseruola con un quinto di latte e si farà loro terminare la cottura in modo che abbiano a disfarsi completamente. A questo punto si leveranno dall'acqua e si pesteranno bene nel mortaio aggiungendovi venticinque grammi di formaggio grattugiato, cinque o sei piccole cucchiaiate di farina ed anche più, sale a proporzione, tre uova intere, e fatto per tal modo un impasto, come se si trattasse di fare i tortelli, lo si passerà alla farina formando tanti

piccoli rotoli, i quali si immergeranno in acqua salata bollente già predisposta in una casseruola piuttosto grande. Dopo cinque o sei minuti di bollitura, si leveranno colla schiumarola i gnocchetti sopra descritti e si collocheranno sul piatto, mettendoci il formaggio di mano in mano, colandovi sopra sufficiente burro rosolato con uno spicchio d'aglio maccato. Si servono caldi.

289. — **Patate alla borghese.**

Si farà cuocere in acqua quella quantità di patate che si desidera, quindi si ritireranno dal fuoco e si lascieranno asciugare coprendole bene. Poscia si sbuccieranno e si taglieranno a fette, ponendole poi in casseruola assieme a molto burro, prezzemolo trito, sale e pepe. Si farà cuocere il tutto a fuoco mite, aggiungendovi al momento di mettere in tavola, il succo di due limoni.

290. — **Patate alla campagnuola.**

Si prenda un chilo di patate e si facciano lessare. Sbucciate e tagliuzzate, si faranno tostare in una padella con un pezzo di burro (un etto) con sale e un poco di noce moscata, unendovi poi la salsa alla Béchamel e servendole in tavola caldissime.

291. — **Patate alla crema.**

Si faranno cuocere diverse patate nell'acqua, quindi si taglieranno a pezzi; si metterà poi in una casseruola del burro (un etto), farina, sale, pepe, prezzemolo, cipolla trita e noce moscata. Si mischierà il tutto per bene, quindi vi si aggiungerà un bicchiere di crema e si farà cuocere a fuoco lento, rimescolando bene sino a che si sarà effettuata la bollitura, ed allora si uniranno le patate.

Posta al fuoco la casseruola per alcuni minuti, si porteranno in tavola caldissime.

292. — **Patate alla Gran Duchessa.**

Si prenderà un mezzo chilo di *purée* di patate e vi si aggiungerà un poco di burro (mezz'etto), sale a discre-

zione, ed una cucchiaiata di zucchero in polvere, formando con tali ingredienti una pasta leggiera, alla quale si uniranno anche due uova ben sbattute. Colla pasta suindicata si formeranno dei dolci ovali, che, coperti di burro liquefatto si collocheranno poi, sopra una carta unta di burro, nel forno affinchè abbiano a cuocere per bene. Si servono con fricassea di pollo o di coniglio.

293. — **Patate alla lionese.**

Si taglieranno due patate grosse lessate e fredde e in una padella si farà liquefare mezz'etto di burro aggiungendovi una cipolla in fette, mescolandola finchè siasi rosolata per bene. Vi si porranno allora le patate, facendole cuocere lentamente e, colorate che siano pur esse, si aspergeranno di sale. Sopra un piatto caldo si metterà del prezzemolo trito, quindi le patate, e si serviranno prontamente in tavola.

294. — **Patate alla Maitre d'hôtel.**

Si faranno lessare quattro grosse patate, quindi si taglieranno a dadi e si metteranno in casseruola aggiungendovi un poco di brodo (mezzo litro circa); si faranno cuocere lentamente per quindici minuti circa, aspergendole di sale e pepe, ponendole poi sopra piatto caldo.

Si preparerà frattanto in padella mezz'etto di burro, un poco di prezzemolo trito e il succo d'un limone, e liquefatto il tutto per bene, si verserà questa salsa sopra le patate servendole prontamente.

Possono anche servire di guarnizione al pesce fritto.

295. — **Patate all'olandese.**

Si sbuccieranno sei grosse patate fatte prima lessare e poi freddate, quindi si tagliuzzeranno a dadi, o meglio a forma sferica, gettandole in acqua bollente per cinque minuti. Scolate, si porranno in una casseruola, aggiungendovi mezz'etto di burro, e collocandole a fuoco lento (a forno moderato meglio) scuotendole di tempo in tempo fino a che le patate abbiano assorbito completamente il

burro e sieno divenute tenerissime. Si serviranno su piatto caldo e con salsa all'olandese come guarnizione al pesce fritto.

296. — **Patate alla panna.**

Si prenderà un chilogramma di patate e si faranno cuocere nel solito modo, cioè in acqua salata, quindi si taglieranno a fette intere.

Frattanto in una casseruola si farà fondere un etto di burro con una cucchiaiata di farina bianca, aggiungendovi, pochi minuti dopo, due bicchieri di panna fresca, sale, pepe, raschiatura di noce moscata e prezzemolo trito. Appena si vedrà che la panna principia a sollevarsi, e cioè a dare i primi bollori, vi si uniranno subito le patate, facendole cuocere e saltellare di tanto in tanto. Questo piatto è squisitissimo e si serve caldo in tavola.

297. — **Patate al lardo.**

Si faranno friggere dei piccoli pezzi di lardo, e preso che abbiano il colore vi si aggiungerà una mezza cucchiaiata di farina, che si lascierà parimenti tostare mescolando continuamente. Vi si unirà poi del sale, pepe, prezzemolo, mezza foglia di lauro e si bagnerà il tutto con acqua o con brodo. Trascorsi cinque minuti di bollitura vi si uniranno le patate crude e tagliuzzate a fette e quando queste saranno giunte a perfetta cottura, si torrà la pianticella di prezzemolo ed il lauro, sgrassando il brodo e servendo prontamente.

298. — **Patate arrostite.**

Si sceglieranno delle patate giovani, un chilo circa, le più rotonde che sia possibile e tutte dello stesso volume. Si porranno in una casseruola con mezz'etto di burro e sale in proporzione, dopo di che si coprirà ermeticamente la casseruola e la si porrà a fuoco mite, mescendone di frequente il contenuto. Dopo tre quarti d'ora si troveranno le patate coperte d'una crosta brunastra e nel mezzo bianchissime ed alquanto tenere.

299. — **Patate in umido cotte al forno.**

Si adoperano cinque o sei grosse patate, lessate dapprima e poi raffreddate, per tagliarle a dadi. Si mettono in una padella con mezz'etto di burro e della panna in modo da coprirle appena, facendole poi cuocere a fuoco vivo finchè abbiano a diventare ben colorite. Così preparate si servono in tavola.

300. — **Patate in casseruola.**

Si prenderà un mezzo chilo di patate in *purée* e vi si aggiungeranno quattro tuorli d'uova, un quinto di panna ed un mezz'etto di burro. Si porrà il tutto entro una casseruola e si metterà a fuoco fino a che il composto sia caldo, mescolandolo poi sino al punto di ottenere una pasta leggierissima e aggiungendovi sale e pepe a seconda del gusto. Cotta che sia la pasta e preso un color bruno dorato, si verserà su un piatto formandone un cerchio, si riempirà il cerchio con pollo, coniglio, vitello in fricassea, ecc., tagliuzzati e si servirà prontamente.

301. — **Patate croquettes.**

Si prenderà un mezzo chilo o più, a seconda del bisogno, di *purée* di patate aggiungendovi due tuorli d'uova sbattuti perfettamente, un poco di sugo di cipolla, una noce moscata, del prezzemolo trito, due cucchiaiate grandi di panna, un poco di sale, un pizzico di cannella e mezz'etto di burro, formando con tutti questi ingredienti, un composto che si avrà cura di porre in una casseruola a fuoco moderato, finchè si distacchi completamente dai lati della casseruola stessa. Levatolo dal fuoco e lasciatolo raffreddare si taglierà in tanti piccoli pezzetti, dopo di che si sbatterà un uovo con un poco d'acqua calda e in questo si immergeranno i pezzetti del composto, avvolgendoli poi nel pane grattugiato e facendoli friggere nel grasso bollente. Si servono caldi con prezzemolo pure fritto.

302. — Patate cotte con carne.

Si laveranno e si sbuccieranno delle patate tutte della medesima grossezza, ed un'ora prima che la carne sia cotta, si collocheranno attorno ad essa spruzzandole con sale e spezie a piacere. Si servono caldissime.

303. — Patate dolci abbronzate.

Fate bollire delle patate nella quantità che abbisogna ed asciugate che siano nel forno, levate loro la buccia e tagliatele per metà, quindi ponete in una padella d'arrosto tre cucchiaiate circa di sugo, aggiungendovi pepe e zucchero, e liquefatto che sia, vi si versino le patate lasciandole cuocere per bene d'ambo le parti. Si servono caldissime.

304. — Patate dolci alla meridionale.

Bollite, asciugate e sbucciate che siano sei grosse patate, si schiacceranno, aggiungendovi mezz'etto di burro ed un poco di sale; si mescolerà il tutto e con questo si formeranno poi dei piccoli bastoncini che, inzuppati nelle uova e pane grattugiato, si faranno cuocere nel grasso bollente, quindi si serviranno con carne, pollo, selvaggina, ecc.

305. — Patate dolci fritte.

Lavate e pulite per bene delle patate di eguale grossezza, si metteranno in una tegghia e a forno caldo, si faranno cuocere, senza però levar loro la buccia nè forarle colla forchetta. Si serviranno prontamente appena tolte dal forno, altrimenti perderebbero la loro delicatezza.

306. — Patate dolci in pane.

Prendasi mezzo litro di acqua calda e la si versi in una scodella, unendovi mezz'etto circa di burro, un po' di lievito e un chilogrammo di farina; e dopo aver mescolato bene il composto, lo si lascierà in una camera

calda per tutta la notte. Nel susseguente mattino si faranno cuocere al forno quattro o cinque patate dolci che si metteranno nella pasta, dopo averle però passate allo staccio. Si mescolerà ben bene il composto, quindi vi si aggiungerà un uovo e dopo aver nuovamente mescolato, si stenderà la pasta e la si taglierà a forma di biscotti. In una padella grande, unta con burro, si porranno detti biscotti e diventati leggieri si faranno cuocere a forno ardente per circa mezz'ora. A metà cottura però si spalmeranno con pennello bagnato nell'albume d'uova sbattuto con due cucchiaiate di acqua, lasciando quindi continuare la completa cottura.

307. — **Patate fecolate**

ovvero Amido o Fecola di patate.

Prendansi delle patate di ottima qualità, si lavino per bene raschiandole poi sulla grattugia in modo che la raschiatura abbia a cadere in un vaso pieno di acqua, ma non colmo. Si agiterà questa raschiatura nell'acqua stessa, quindi si lascierà posare affinchè l'amido abbia a deporsi sul fondo del vaso e le parti inutili abbiano a venire a galla; queste si leveranno e sull'amido rimasto sul fondo, si verserà nuovamente dell'acqua continuando ad agitarla per qualche tempo e lasciando di nuovo posare la massa affinche l'amido abbia a ricadere al fondo. Si getterà via, con precauzione, l'acqua torbida e quindi, se il bisogno lo richiede, si ripeterà l'operazione, dopo di che si farà essiccare l'amido su fogli di carta asciugante, facendolo poi passare allo staccio e rinchiudendolo in terrine chiuse e in luogo asciutto. Questa farina assai bianca e leggiera è nutritiva e serve per far pappe, tortelli, biscottini, ecc., nonchè a dare la salda alla biancheria come qualunque amido fatto con buon frumento.

308. — **Patate fritte alla francese.**

Si porranno, in acqua fredda, sei belle patate grosse, ben sbucciate, quindi si taglieranno, con apposito arnese, in forma di pallottole e si metteranno in acqua bollente,

lasciandole cuocere per circa sei minuti, poi scolate si metteranno in una padella poche per volta, ove assieme a del buon grasso d'arrosto si faranno friggere fino a che avranno preso un bel colore dorato. Cotte che siano le patate si lasceranno colare, quindi si spruzzeranno di sale. Servono benissimo per guarnizione al pesce, all'arrosto, al lesso, ecc.

309. — **Patate in frittata.**

Questa frittata si ottiene col seguente processo: Si triturerano finamente due patate lessate e freddate e si spolverizzeranno con sale e pepe, quindi si porrà in una padella un mezz'etto di burro, e liquefatto che sia perfettamente vi si uniranno le patate, distendendole in modo da formare una pasta dello spessore di un centimetro. Si porrà la padella a fuoco moderato e si farà cuocere lentamente, senza però mescolare, per circa un quarto d'ora. Cotta da una parte si avrà cura di rivolgerla dall'altra, come farebbesi colle altre frittate, e si sarà ottenuta così una frittata buonissima.

310. — **Patate in frittura.**

Tutte le varietà di patate sono buone per questo uso, Cotte che siano le patate, nella quantità che abbisogna, si pesteranno in un mortaio con due cucchiaiate di prezzemolo trito, sale e cannella in polvere. Allorquando si vedrà che la pasta sia ben legata e lucente, si dividerà in tante frittelle le quali si porranno nel burro fresco fritto, voltandole e rivoltandole fino a che abbian preso un bel colore dorato. Si serviranno in tavola caldissime.

311. — **Torta di patate alla panna.**

Si facciano lessare sei grosse patate e fredde che sieno, si sminuzzino finamente, ponendole in una terrina con mezzo litro, o più, di panna, un poco di sale, un pizzico di pepe, noce moscata ed un etto di burro. Si scuoterà il tutto fino a che — mediante fuoco vivo — abbiano ad essere ben calde e si servirà prontamente.

312. — Patate sauté.

Si taglieranno a dadi delle patate lessate fredde e si aggiungerà per ogni patata una cucchiaiata di burro. Si farà fondere il burro in una padella, ponendovi in bell'ordine le patate poche per volta, in modo che non abbiano a sovrapporsi l'una all'altra. Si mescoleranno con cura, in modo da ridurle d'un bel colore dorato, dopo di che si spolverizzeranno con sale e pepe e poste sopra piatto caldo si serviranno prontamente in tavola.

313. — Patate ripiene.

Facciansi cuocere sei grosse patate al forno, poi si taglino in due e si scavino lasciandovi però una superficie abbastanza sostenuta oltre la buccia, affinchè non abbiano a perdere la loro forma e a rimanere intere. La parte tolta alle patate si porrà in una scodella, aggiungendovi mezz'etto circa di burro, un quinto di latte caldo, sale e pepe, mescolando il tutto per bene sino a che il composto siasi alleggerito e aggiungendovi allora, mescolando sempre, l'albume di due uova sbattute per bene. La forma della patata verrà allora riempita col composto suindicato, avendo cura di avvolgerlo prima nei tuorli d'uovo. Si possono far cuocere a fornello con fuoco sotto e sopra, ma meglio al forno affinchè abbiano a prendere un bel colore dorato.

314. — Patate al burro.

Si sbucciano e si lavano le patate, poi si fanno cuocere nell'acqua per una mezz'ora. Si sgocciolano e si pongono in un piatto e prima di servirle, si spargono di burro fresco appena liquefatto.

315. — Patate col grasso.

Si sbucciano e si lavano le patate, si asciugano e quindi si mettono in un piatto concavo di metallo, inaffiandole di grasso ben cotto e si mettono a forno caldo. Si pos-

sono porre nel forno con un pezzo d'arrosto, ma allora si aggiungono alla carne quando questa è a metà cottura.

316. — **Patate con cipolle.**

Si sbucciano delle patate, si lavano, si asciugano e si mettono in un piatto concavo di metallo, nel quale si sia fatto fondere del burro (due etti per una dozzina di patate). Si tagliano in fette minute quattro grosse cipolle e si stendono sulle patate ben salate e pepate, poi si mettono al forno, voltandole spesso affinchè abbiano un colore uniforme.

317. — **Patate alla polacca.**

Si fanno liquefare in una casseruola, sessanta grammi di burro fresco, ponendovi a friggere una manciata di pane grattugiato. Quando questo ha preso colore si versa il tutto sulle patate che saranno state cotte in acqua bollente e poste poi sopra un piatto.

318. — **Patate alla normanna.**

Scelte le patate, lavate e sbucciate, si pongono in una casseruola, in cui si sia fatto rosolare abbondante burro; si fanno cuocere prima a fuoco vivo, poi lentamente per venticinque minuti, tenendo la casseruola ben coperta.

319. — **Patate soufflée.**

Scegliere e lavare una dozzina di patate, senza sbucciarle. Farle cuocere al forno e allorchè son cotte, praticare in ciascuna, con la punta di un coltellino, un'apertura circolare di quattro centimetri di diametro. Per mezzo d'un cucchiaino da caffè, vuotare tutto l'interno delle patate, e con esso fare una *purée*, unendovi burro (un etto), sale, pepe, quattro tuorli d'uova e quattro albumi sbattuti a neve. Con questa *purée* si riempiono le patate e si mettono di nuovo a cuocere nel forno caldo.

320. — **Patate sautées al burro.**

Le patate destinate ad essere *sautées* al burro, non devono essere troppo farinose, affinchè non si rompano durante l'operazione. Dopo averle ben lavate, si fanno cuocere colla buccia nell'acqua salata, poi si sbucciano e si tagliano a fette. Si fa fondere in una casseruola il burro e allorchè è ben caldo, vi si gettano le patate con pepe e sale e si fanno cuocere a fuoco vivo.

321. — **Patate all'Hanovrienne.**

Prendere due dozzine di patate novelle, lavarle, sbucciarle, tagliarle a fette e metterle in una casseruola con sale, pepe, coperte di brodo e coll'aggiunta di un mazzetto d'erbe odorose e d'una grossa cipolla intera. Dapprincipio far cuocere a fuoco vivo, poi adagio adagio; allorchè le patate avranno assorbito tutto il brodo, saranno cotte.

322. — **Patate alla Macario.**

Si dà questo nome alle patate cotte il giorno prima e che si fanno poi riscaldare nel modo seguente: si tagliano due o tre grosse cipolle e si cuociono nel burro, poi vi si aggiungono le patate tagliate, si salano e si lasciano rosolare.

323. — **Patate al burro nero.**

Si fa bollire nell'acqua salata una dozzina di patate sbucciate, poi si sgocciolano e si mettono in un piatto concavo, aspergendole di burro nero e d'una cucchiaiata di capperi.

Per ottenere il burro nero, si opera così: si fanno fondere sessanta grammi di burro fino a che esso è quasi nero, badando però di non lasciarlo bruciare, altrimenti invece del buon gusto di nocciola, avrebbe un sapore sgradevole: nel burro nero, si mettono i capperi ed un po' di aceto bollito.

324. — Patate all'italiana.

Scegliere sei o sette grosse patate farinose, tagliarle in fette uguali e porle a cuocere nel burro, aspergendole di sale e voltandole e rivoltandole per ben colorirle.

Poi versarle nel piatto ed aspergerle d'una salsa così composta: due o tre cipolline tritate, due o tre funghi tritati, ed un po' di prezzemolo arrostiti nel burro.

PATATE IN INTINGOLI.

325. — Patate lardeggiate.

Anzitutto si faranno friggere alcuni pezzetti di lardo bianco fresco e rosolati che siano, vi si aggiungerà mezza cucchiaiata di farina che si farà tostare rimescolandola continuamente, un poco di pepe e di sale, una pianticella di prezzemolo, mezza foglia di lauro e si bagnerà il tutto con acqua e brodo. Cinque minuti di bollitura bastano, dopo di che si metteranno dentro le patate crude e tagliuzzate a fette. Cotte che siano, si toglierà la pianticella di prezzemolo e la foglia di lauro, quindi si disgrasserà. Si servono in tavola caldissime.

326. — Patate in stufato.

Si tagliuzzeranno a dadi una diecina di belle patate, e dopo averle lasciate nell'acqua fredda per una quindicina di minuti, si sgoccioleranno e si metteranno a fuoco in acqua bollente lasciandole cuocere dieci minuti circa.

Asciugate con un pannolino, si porranno in una casseruola aspergendole con farina bianca, mezzo litro di latte ed un mezz'etto di burro. Si copriranno e si lascieranno cuocere lentamente per circa dieci o quindici minuti, e dopo averle salate e spruzzate di pepe si serviranno caldissime.

327. — Patate in ragout.

Si prendano sei belle patate, si taglino a dadi e si mettano in acqua bollente assieme a sei porri pure tagliati a fette. Si facciano bollire per dieci minuti, quindi si

colino. In altro recipiente si farà cuocere mezzo mazzo circa di asparagi e, colati, si uniranno alle patate ed ai porri mescolando il tutto assieme. In una casseruola si porrà frattanto mezz'etto di burro, mezzo litro di latte, una cucchiaiata di cerfoglio trito, sale e pepe, mescolando il tutto con somma cura sul fuoco, fino a che si sarà riscaldato, versando il composto sulle patate e facendo bollire tutto assieme. Si serviranno caldissime.

328. — **Patate all'Anna.**

Sbucciare e lavare le patate, tagliarle a fette eguali, sgocciolarle e spolverizzarle di sale. Si prende poi una forma da bodino, la si imburra, ci si dispongono le patate a strati e all'intorno finchè la forma è quasi piena. Allora ci si versa del burro liquefatto, tanto da bagnare tutte le patate. Si copre il recipiente col coperchio e si pone nel forno. Si lascia cuocere una mezz'ora, poi si fa sgocciolare fuori dalla forma il burro avanzato e si rovescia la *charlotte* in un piatto.

329. — **Patate al formaggio.**

Tagliare a fette sottili le patate, prima sbucciate e lavate, farle saltare al burro nella padella, poi spolverizzarle di sale, pepe e noce moscata grattugiata. Ritirarle dal fuoco e imburrare una tortiera, porvele alternando ogni strato di patate con uno di burro e di formaggio grattugiato (gruera o parmigiano) e metterla a forno caldo. Prima di servire, far sgocciolare il burro.

330. — **Patate alla Soubise.**

Far cuocere nell'acqua salata alcune patate, tagliarle a fette e metterle in una tortiera alternando ogni strato con uno di *purée* di cipolle; l'ultimo strato dev'essere di *purée* di cipolle. Spolverizzare la superficie di formaggio grattugiato e mettere al forno.

331. — **Patate alla poulette.**

Fare una salsa Béchamel e unirla a tre tuorli d'uovo, un pezzo di burro fresco, un pizzico di noce moscata, un po' di prezzemolo triturato e un po' di succo di limone. Scegliere due dozzine di patate novelle piccolissime, farle cuocere colla buccia nell'acqua salata, sbucciarle e rotolarle nella salsa. Riscaldarle, girandole e voltandole, senza lasciar bollire, quindi servirle.

332. — **Patate alla russa.**

Sbucciare e far bollire nell'acqua salata le patate, poi tagliarle in fette sottili.

Lavare tre dozzine di acciughe marinate e levar loro la spina.

Tagliare a fette sei uova dure.

Prendere un piatto di porcellana resistente al fuoco, imburrarlo, e porvi nel fondo uno strato di patate, che si ricopre d'uno strato di acciughe e di uova; si alternano sempre così gli strati fino a che il piatto sia pieno: lo strato superiore dev'essere formato di patate. Si spolverizza con pane grattugiato, si inaffia di burro fuso e si porta al forno.

333. — **Patate coi cavoli.**

Questo piatto serve alla buona massaia che ha degli avanzi da godere.

Allorchè sono avanzati dei cavoli e delle patate cotti il giorno prima, si può formare un eccellente piatto, tagliuzzandoli tutti insieme e mettendoli in una padella con un etto di burro. Si sala e ci si mette molto pepe, poi si fanno friggere i legumi, rimestandoli continuamente con un cucchiaio di legno.

334. — **Patate all' Uxelles.**

Far cuocere delle patate nell'acqua salata, poi sgocciolarle e dividerle in fette; immergerle in una salsa d' Uxelles ben ridotta (burro liquefatto, limone, un po' d'aceto, macsi

e zenzero), porle su un piatto e lasciarle riposare finchè la salsa che le avviluppa sia ben raffreddata. Impanarle poi immergerle nell'uovo sbattuto e impanarle per la seconda volta. Gettarle nel burro bollente e servirle caldissime.

335. — **Patate all'Irlandese.**

Far cuocere nel burro la carne di montone tagliata a fette e tre o quattro cipolle. Bagnare con acqua o con brodo leggiero e lasciar cuocere il *ragoût* per tre quarti d'ora a fuoco lento. Dopo, si aggiunge una dozzina di patate tagliate a quarti e si lascia il tutto cuocere per tre quarti d'ora ancora. Si versa il *ragoût* in un piatto concavo.

336. — **Patate alla graticola.**

Scegliere delle grosse patate, sbucciarle, lavarle e farle cuocere nell'acqua salata o a vapore. Lasciarle raffreddare, poi tagliarle a fette larghe e marinarle nell'olio una mezz'ora, con delle fette di cipolla. Porle poi sulla graticola, spolverizzarle di sale e farle cuocere dai due lati a fuoco vivo.

Prima di servirle, si può inaffiarle di qualche cucchiaiata di burro fuso.

337. — **Patate alla turca.**

Preparare le patate come nella ricetta precedente, ma invece di porle sulla graticola, si pongono a cuocere nell'olio voltandole e rivoltandole per dar loro colore. Allorchè son cotte, si bagnano di salsa *curry* (due cipolle cotte con 60 grammi di burro, una cucchiaiata di fecola e una di polvere di *curry* e del brodo e la salsa si passa allo staccio).

338. — **Patate alla Sabauda.**

Tagliare a fette delle patate, porle in una terrina, spolverizzarle di sale, pepe, noce moscata e formaggio grattugiato, aggiungervi abbastanza latte bollito che le

ricopra e versare il tutto in una casseruola imburrata. Stendere sulla superficie uno strato di formaggio grattugiato e inaffiare di burro. Cuocere al forno per tre quarti d'ora.

339. — **Patatine novelle alla bretone.**

Tagliate due grosse cipolle e fatele friggere nel burro. Aggiungetevi una cucchiaiata di farina e lasciate cuocere qualche minuto, senza cessare di rimestare con un cucchiaio di legno. Aggiungete allora gradatamente un mezzo litro di brodo. Si ottiene una salsa alla quale si aggiungono due dozzine di patatine novelle già cotte. Dopo qualche bollore, si sala e si serve.

340. — **Patatine novelle alla portoghese.**

Scegliere due dozzine di patatine novelle, sbucciarle e lavarle. Tagliare due grosse cipolle, farle friggere nel burro, aggiungere la polpa di quattro pomidoro freschi, un po' di timo e di lauro, tre chiovi di garofano, sale e pepe. Lasciar cuocere venti minuti e passare allo staccio e mettere poi tutto in una casseruola. Porre le patate nella salsa e lasciar cuocere. Si possono aggiungere alla salsa uno o due pizzichi di fecola.

341. — **Patatine novelle all'Indiana.**

Cuocere nel burro due cipolle, aggiungervi una cucchiaiata di polvere *curry*. Continuare a far friggere, aggiungendovi del brodo bollente. Metterci sale, non pepe, perchè il *curry* ne contiene già. Si aggiungono poi delle patatine novelle sbucciate e si fanno cuocere nella salsa. Allorchè son cotte, ci si amalgama una cucchiaiata di riso cotto alla turca.

342. — **Patatine novelle alla milanese.**

Far cuocere delle patatine novelle e tagliarle a fette; tagliare pure a fette della lingua cotta. Mischiare patate e lingua con la salsa Béchamel ben ridotta e aggiungervi

da ultimo, una manciata di parmigiano. Si prepara una tortiera imburrata, sparsa di pane grattugiato e di formaggio, vi si pone l'intingolo e si mette al forno.

343. — Patate alla Maire.

Si sbucciano le patate, e si tagliano con un coltello scanalato, il che dà loro una forma assai graziosa: poi si fanno *souffler*, cioè si pongono a cuocere in una padella nell'olio o grasso o burro appena caldo per cinque minuti e poi vi si ripongono per un altro minuto, quando il grasso è bollente.

344. — Patate all'inglese.

Appena sbucciate e lavate le patate, si tagliano in modo continuato, come si fa per le mele, in lunghi e sottili nastri di un centimetro e mezzo di larghezza. Si formano con essi dei nodi fantasia, secondo la lunghezza, badando di agire delicatamente per non romperli; si tengono nell'acqua fredda, fino al momento di servirli. Allora si sgocciolano, poi si gettano nel burro bollente. Si voltano e rivoltano con un mestolo, finchè siano croccanti, poi si pongono su un piatto, a piramide e si spolverizzano di sale.

345. — Patate alla Digione.

Si fanno cuocere le patate nell'acqua salata e si tagliano a fette, come pure si tagliano a dadolini, 60 grammi di prosciutto crudo, lo si fa friggere nel burro per quattro o cinque minuti, aggiungendo un po' di farina e di brodo. Nella salsa si mettono poi due cucchiaiate di senape, vi si gettano le patate e si serve.

346. — Patate al ponte nuovo.

Si tagliano a fette le patate sbucciate e lavate e si tengono in acqua fredda fino al momento di cuocere. Allora si asciugano, e si gettano nello strutto bollente.

347. — **Crostini di patate per zuppe e minestre.**

Si tagliano delle grosse patate a piccoli cubi, poi si fanno friggere nel burro ben caldo.

Le patate così preparate possono tener luogo dei crostini di pane.

Si può anche, come originalità, seminarle sugli spinaci allorchè si sta per servirli.

348. — **Patate Chateaubriand.**

Scegliere delle grosse patate, sbucciarle e lavarle; poi, con un cucchiaio scavare nella polpa, delle pallottole e friggerle nel burro caldo per un quarto d'ora. Cotte, si servono spolverizzate di sale, come contorno alle costolette.

LE PURÉES DI PATATE.

349. — **Purée di patate.**

Si prenderanno dieci etti di patate e si sbuccieranno per bene, quindi tagliuzzate in quattro si getteranno nell'acqua fresca, affinchè abbiano a conservare la loro bianchezza. Poscia si porranno a bollire lentamente in una casseruola coperta, con due quinti di latte ed un poco di sale. Cotte e poste a sgocciolare, si passeranno per lo staccio formandone una *purée*, rimestandola in altra casseruola con mezz'etto di burro, mezzo bicchiere di panna ed una cucchiaiata o due di zucchero in polvere. Ridotto che sia il composto pastoso, ma non tanto molle, lo si metterà a fuoco un istante e quindi si servirà assieme a *costolette, beefsteaks, manzo arrosto, uccelli arrostiti*, ecc.

350. — **Purée di patate al naturale.**

Si fanno cuocere le patate a vapore o in acqua salata; allorchè son cotte, si sgocciolano e si rimettono a fuoco qualche minuto, perchè secchino. Poi si schiacciano. Allorchè la *purée* è da mangiarsi in famiglia, ci si contenta

di mischiarvi un pezzo di burro, un po' di latte e di servirlo; ma quando deve servire per un pranzo di gala, è indispensabile passarlo allo staccio.

351. — Crostate di patate.

Sbucciare e lavare una dozzina di patate, farle cuocere nell'acqua salata e formarne una *purée*, aggiungendovi però 4 tuorli d'uova. Poi s'imburra una tortiera e ci si mette la *purée;* la si lascia raffreddare e poi si taglia in piccoli dadi che si rotolano nella farina, nell'uovo sbattuto e nel pane grattugiato e si fanno friggere nel burro. La crostata è eccellente.

352. — Croquettes di purée di patate.

Preparata la *purée* di patate e lasciatala raffreddare, si divide in tanti dischetti, ai quali si fa un foro nel mezzo, riempiendolo di *purée* di selvaggina. I dischetti si rotolano poi nella farina dando loro la forma che si vuole e s'immergono nell'uovo sbattuto e nel pane grattugiato e si fanno friggere. Alla *purée* di selvaggina, si possono sostituire gli spinaci, o i funghi in intingolo, o i tartufi alla salsa tedesca. Si possono anche aggiungere le erbette fritte.

353. — Omelette di purée di patate.

Preparata la *purée,* si rompono quattro o cinque uova intiere in una terrina, aggiungendovi sale, pepe, noce moscata grattugiata e prezzemolo triturato. Si sbattono le uova e si uniscono gradatamente alla *purée*. In seguito si mettono nella padella 50 grammi di burro e allorchè questo è ben caldo, ci si versa la *purée* e si rimesta col cucchiaio finchè l'*omelette* si raddensa. Si volta e si serve.

354. — Brioches di purée di patate.

Preparare la *purée* quindi imburrare ventiquattro piccoli stampi da brioches, nei quali si mette un po' di *purée* rotolata come palla nella farina. Si copre con dell'altra

purée e ci si passa sopra con un pennello immerso nell'uovo sbattuto con burro fuso, e si porta al forno.

355. — Purée di patate alle uova.

Si prepara la *purée* di patate, poi la si stende in un piatto concavo e sopra si pongono delle uova affogate, disposte in forma di stella. Fra un uovo e l'altro si mette un crostino di pane fritto.

356. — Timballo di purée di patate.

Preparata la *purée*, vi si aggiunge ancora del burro, un uovo intiero, tre tuorli e tre albumi sbattuti a neve; poi si imburra una tortiera, la si spolverizza di mollica di pane, ci si versa il *purée* e si fa cuocere al forno per una mezz'ora.

PATATE IN INSALATA.

357. — Insalata di patate alla naturale.

Le patate troppo farinose non sono buone in insalata, bisogna scegliere di preferenza quelle compatte. Dopo averle lavate, si fanno cuocere, colla buccia, a vapore, o nell'acqua salata. Allorchè son cotte appuntino, si sbucciano e si mettono in una insalatiera. È assai meglio salarle allorchè son calde, perchè assorbono meglio il sale. Ci si aggiunge prezzemolo triturato, un po' di cerfoglio, di cipolletta, olio, aceto e pepe.

358. — Patate in insalata alla Francese.

Si farà cuocere quella quantità di patate che si desidera, quindi si sbuccieranno e si taglieranno a fette lasciandole raffreddare. Prendasi poi delle uova sode, a seconda del bisogno, tagliandole a fette unitamente ad un etto di tonno marinato bene sminuzzato. Si porrà nell'insalatiera uno strato di tonno, uno di patate ed uno d'uova, e così si continuerà fino all'esaurimento delle sostanze. Poscia si coprirà lo strato superiore, di cerfoglio trito e

si condirà il composto con olio d'oliva eccellente, aceto, sale e pepe. Naturalmente la quantità delle patate, delle uova e del tonno variano a seconda del numero dei commensali.

359. — **Insalata di patate alla russa.**

Fate cuocere e sbucciate le patate, poi tagliuzzate delle acciughe e delle aringhe, mescolatele alle patate affettate, aggiungendovi anche qualche po' di capperi e di cipolle tritate.

360. — **Insalata di patate alla Périgord.**

Cotte le patate e sbucciate, si mettono in un'insalatiera con dei tartufi finamente tagliuzzati, pepe, sale, olio, aceto e cerfoglio. Bisogna adoperare dei tartufi freschi, fatti cuocere nel madera dodici o quindici minuti. Si lasciano macerare le patate e i tartufi un'ora, prima di servirli.

361. — **Insalata di patate alla prussiana.**

È un piatto nazionale tedesco.

Cotte, e sbucciate le patate, si tagliano a dadi, si pongono in un'insalatiera, con sale, pepe, olio, aceto e cerfoglio. Poi si aggiungono quattro mele crude tagliate a dadi, capperi, aringhe, cipolline tagliuzzate, citriolini e una barbabietola tagliata a fette e fatta marinare prima nell'aceto.

La barbabietola dev'essere messa in ultimo.

362. — **Insalata di patate e carne.**

Tagliare a fette della carne lessata o brasata e mischiarla con le fette di patate, in eguale quantità; poi si aggiunge sale, pepe, olio, aceto, prezzemolo tritato e si serve, dopo aver ben frammischiato.

363. — **Insalata di patate alla giapponese.**

La ricetta è di Alessandro Dumas figlio, che la fa dire da un personaggio della sua « Francillon ».

Cotte le patate, vi si aggiungono delle telline bollite, un po' di sedano, qualche tartufo fresco, sale, pepe, olio ed aceto.

PIATTI DOLCI DI PATATE.

364. — Pasticcio in patate.

Si faranno cuocere nell'acqua alcune patate (un chilo o più a seconda del bisogno), passandole per lo staccio dopo di averle sbucciate.

Si porrà a fornello una casseruola contenente un quinto circa di panna o latte fresco, un etto di zucchero, un poco di cannella, mezza cucchiaiata di fior di farina, un po' di scorza di limone, quattro o cinque tuorli d'uovo, mescolando il tutto per bene e unendovi poi le patate con altri sei tuorli d'uovo e il loro albume ben sbattuto. Si spalmerà di burro uno stampo ed entro si verserà il composto, facendolo cuocere al forno a fuoco temperato oppure al fornello con fuoco sotto e sopra sino a che la pasta siasi ben levata ed abbia fatto la sua crosta.

Al momento di servire il pasticcio in tavola lo si spruzzerà di eccellente rhum.

365. — Patate soufflées o Poddingo di patate.

Si prepareranno dodici grosse patate, impastandole a fuoco con un etto di burro, due bicchieri di panna, un pizzico di sale ed un cucchiaio di farina. Si passerà il tutto allo staccio con un etto di zucchero in polvere, un po' di cannella, quattro tuorli d'uovo e quattro albumi sbattuti a neve. Incorporato per bene il composto, lo si verserà in uno stampo unto di burro e spolverizzato di pane grattugiato, facendolo cuocere per tre quarti d'ora fino a quando ha preso il color d'oro. Miglior cottura la si ottiene al forno, ma caso mai la si praticasse al fornello, non si deve dimenticare di mettere fuoco sotto e sopra.

366. — **Bodino di patate con prugnoli.**

Si monderanno per bene delle patate, tagliuzzandole poi a quarti e privandole accuratamente di tutte le gemme. Si laveranno e si faranno cuocere in acqua ben salata con mezza scorza di limone, sino a tanto che si spappolino. Si metteranno allora sopra lo staccio per lasciarle sgocciolare, si toglierà la scorza di limone e si verseranno tosto in un piatto profondo per poterle frangere bene con un cucchiaio di legno acciò non vi restino grumi. Si aggiungerà un bel pezzo di burro fresco e a poco a poco del fiore di latte, continuando a sbattere fortemente col cucchiaio finchè ne risulti una pasta bianchissima, assai fioccosa e sodetta. Si aggiungeranno allora quei tuorli d'uovo ben frullati che possono essere sufficienti a rassodarla quando è cotta e quindi si ungerà di burro una forma da pasticcio, la si impannerà a dovere, versandovi la pasta di patate, nel mezzo di questa pasta si praticherà poi un bel foro, entro il quale si porranno i prugnoli cotti alla semplice, ma che siano possibilmente piccoli e tutti interi; si coprirà con altra pasta di patate e si farà cuocere al forno. Giunto il pasticcio alla voluta cottura, lo si verserà in un piatto e lo si servirà caldo.

367. — **Tortelli di patate alla romana.**

In mezzo litro di latte si avrà cura di stemperare un ettogrammo di fecola di patate assieme ad uno di fiore di farina bianca. Vi si aggiungerà poi una presa di sale ed un bel pezzetto di burro e incorporata per bene la massa su fuoco moderato, la si lascierà raffreddare unendovi poi cinque tuorli d'uova, ma uno per volta. Fatta così la pasta atta per i tortelli, la si farà in tante piccole pallottole, gettandole nell'olio o nello strutto, a piacere.

368. — **Tortelli di patate.**

Si prenderà un chilo di *purée* di patate e lo si porrà in una casseruola assieme a due tuorli d'uova, tre cucchiaiate di panna ed un etto circa di burro, rimestando

il tutto continuamente sul fuoco sino a che il composto si sarà fatto caldo e leggiero. Si leverà poi dal fuoco e vi si aggiungerà, mescolando sempre, l'albume delle uova sbattuto per bene. Ciò fatto, si formeranno dei tortelli che si getteranno in una padella spalmata di burro e si faranno cuocere vivamente finchè diverranno rosolati.

369. — Pasticcio di patate dolci.

Dopo aver fatto bollire alcune patate grosse (otto o dieci), sbucciate e schiacciate, vi si aggiungerà mezzo litro di latte, tre uova ben sbattute, un quarto di chilo di zucchero in polvere, un po' di vaniglia, cannella e zenzero a piacimento. Si mescolerà per bene e tale composto si verserà in apposito stampo unto e sparso già di pasta leggiera, facendo cuocere a fuoco moderato sotto e sopra per circa mezz'ora.

La superficie del pasticcio verrà chiusa colla pasta stessa posta nello stampo, od anche con frutta cotta.

370. — Patate alla parigina.

Si passeranno allo staccio quattro o cinque patate mezzane cotte in acqua e sbucciate, poi si porranno sul fornello in una casseruola un quinto di panna o latte fresco, un etto di zucchero, un po' di cannella, mezzo cucchiaio di fior di farina con un po' di scorza di limone tritata e quattro tuorli d'uova; a tutti questi ingredienti si uniranno poi le patate con altri sei tuorli d'uova e rispettivi albumi ben bene sbattuti. Si spalmerà poi di burro una forma o stampo piuttosto alta e vi si verserà il composto, mettendolo a cuocere a forno piuttosto caldo. Lo si inzucchererà e lo si servirà prontamente affinchè non abbia a perdere la gonfiezza che ha preso nel cuocere, ed appunto quando la superficie avrà preso il bel color d'oro.

371. — Flano di patate alla francese.

Facciansi bollire diverse patate (mezzo chilo e più), e pulite che siano dalla pellicola e tagliate a fette, si porranno in una casseruola con un etto di burro ed un

bicchiere di panna o latte fresco. Si faranno cuocere fino a che siansi disfatte, dimenandole bene con un mestolo e passandole in seguito per lo staccio. Ciò fatto, si uniranno alle patate sei tuorli d'uova e l'albume di quattro, sbattuto a neve, con settantacinque grammi di zucchero in polvere, ed imburrata una forma qualunque che sorpassi però di metà il contenuto, vi si verserà il contenuto e lo si farà cuocere al testo con calore usuale per circa mezz'ora. Si potrà servirlo in tavola unitamente alla salsa detta Béchamel.

372. — **Focaccia di patate.**

Si preparerà la *purée* di patate e vi si unirà molto zucchero, un po' di essenza di vaniglia o corteccia di limone, fiore d'arancio e tre o quattro albumi d'uova, non tanto densi. Si spalmerà uno stampo di burro, aspergendolo di pane grattugiato, ponendovi poi il composto e facendo cuocere con fuoco sotto e sopra per circa mezz'ora. Cotta al forno la focaccia riesce meglio.

373. — **Flano.**

Si faccia sciogliere un etto di fecola di patate e un altro di zucchero in un litro di latte aggiungendovi anche un etto di burro. Si faccia bollire il tutto mescolando più volte e, freddo che sia, si aggiungano sei tuorli d'uova, dei pezzetti di marzapane pesti e disfatti, ed altre paste a seconda del proprio gusto, tre albumi d'uova ridotti a neve e si metta il tutto in una tortiera spalmata di burro e spolverizzata con pane grattugiato. La si porrà, coperta, su cenere calda, e quando il composto sia ben rappreso, lo si rovescierà e si servirà caldissimo.

374. — **Dolce di patate.**

Cotte le patate e ridotte in *purée*, si mettono in una terrina con un etto di burro liquefatto, un po' di crema, quaranta grammi di zucchero in polvere che si profuma o con del fior d'arancio o con vaniglia o con limone. Si

aggiungono tre uova intere e tre tuorli e tre albumi sbattuti a neve. Si imburra una tortiera, si spolverizza di pane grattugiato, vi si versa il composto e si manda al forno per tre quarti d'ora. Allorchè il dolce è cotto, si circonda d'uno sciroppo o d'uno zabaglione e si serve.

375. — **Dolce di patate alla normanna.**

Si prepara la *purée*, e si fa il dolce com'è detto nella precedente ricetta. Allorchè è cotto e si toglie dal forno, vi si leva la crosta superiore e la si pone sopra un piatto; si toglie una parte della polpa interna e ci si mette invece della marmellata di mele. Si ripone la crosta al disopra e si innaffia il dolce di siroppo d'albicocche.

376. — **Poddingo di patate caramellate.**

Si prepara la *purée*, poi nella tortiera si pone dello zucchero che si fa fondere finchè diventa sugoso. Quando è raffreddato, ci si versa la *purée* e si mette a cuocere il poddingo a bagno-maria per un'ora, avendo cura di tenere la casseruola ben chiusa.

377. — **Poddingo di patate all'inglese.**

Dopo aver preparato il poddingo com'è detto nella ricetta precedente, vi si aggiungono due manciate d'uva di Corinto e un po' di limone grattugiato. Levato il poddingo dal bagno-maria, s'inaffia con un siroppo di albicocche o di kirsch o di maraschino.

378. — **Beignets di patate.**

Si fanno cuocere le patate (una dozzina), se ne fa la *purée*, poi la si mette in una casseruola con un quinto del suo volume di burro, si rimesta bene e si aggiungono sei tuorli d'uova e un po' di zucchero che si profuma con essenza di vaniglia o d'arancio.

Si stende poi la *purée* in una casseruola in modo che non sia più alta di un dito e si lascia raffreddare, quindi si divide in tanti *beignets* che si rotolano nella farina,

nell'uovo sbattuto e nel pane grattugiato e si pongono a friggere in burro od olio. Cotti, si spolverizzano di zucchero, si pone in alto ad ognuno una ciliegia nello spirito e si servono.

379. — Zolfanelli di patate.

Cotte le patate, si tagliano a piccoli cilindretti, si rotolano nella farina e si fanno friggere in burro abbondante. Allorchè son cotte, si sgocciolano e si spolverizzano di zucchero vanigliato. Per completare l'illusione, si immergono le punte dei cilindretti nello sciroppo di fragole o di fambros.

PASTINACA

(*Pastinaca sativa*).

Nomi stranieri — francese: *Panais* — tedesco: *Pastinacke* — inglese: *Persnip* — fiammingo: *Pastanaka* — olandese: *Pinkster nakel* — danese: *Pastinak* — spagnuolo: *Chirivia* — portoghese: *Pastinaga.*

Questa pianta, per quanto riguarda la semina e preparazione del terreno è uguale alla *carota,* solo che le piantícelle si diradano distanziandole quindici o venti centimetri fra loro. Dalla fine di ottobre in avanti si possono consumare le pastinache, le quali generalmente vengono lessate per aromatizzare il brodo, ma si possono ben anco friggere. Le migliori qualità di pastinache sono: *quella lunga grossa* e la *pastinaca a trottola precocissima,* di gusto zuccherino e aromatico superlativo.

La radice della pastinaca si usa anche in minestra, o accomodata col burro od in insalata. Essa è molto nutritiva; le foglie offrono una pietanza buona ed aromatica.

La radice della pastinaca poi, tagliuzzata a pezzetti, si unisce a vari legumi e verdure disseccate per quella zuppa che in Francia chiama *julienne.*

Si può fare benissimo una marmellata eccellente ad uso *scarpazza,* spruzzandola di zucchero.

380. — **Pastinaca alla crema.**

Se le pastinache sono novelle e tenere, si raschieranno e si getteranno subito in acqua fredda per impedire che abbiano a scolorare; se sono vecchie, si devono invece sbucciare e tagliare in quattro per il lungo. Si porranno poi in una casseruola d'acqua bollente lasciandole bollire sino a che siansi intenerite. Si lascieranno cuocere per tre quarti d'ora, se novelle, un'ora ed anche una e un quarto se vecchie. Cotte che siano, si faranno scolare e si porranno poi su di un piatto caldo colle teste tutte dalla stessa parte, coprendole poi con salsa alla crema o salsa inglese e si serviranno con manzo, pesci, ecc.

381. — **Pastinaca fritta.**

Si faranno bollire le pastinache nel modo indicato nella precedente ricetta e cotte che sieno, si faranno scolare e si condiranno con sale e pepe, avvolgendole prima nel burro, poi nella farina ed in seguito spolverizzandole collo zucchero. Fatto questo si porranno due o tre cucchiaiate di grasso in una padella e liquefatto che sia, vi si uniranno le pastinache, facendole friggere finchè sieno rosolate da una parte e dall'altra. Si serviranno calde insieme al manzo lessato, pollo, ecc.

382. — **Pastinache al forno.**

Si prendano sei pastinache grosse e belle e dopo averle lavate, raschiate e tagliate in due, si mettano in una casseruola coprendole d'acqua bollente e lasciandole cuocere per un'ora. Cotte e scolate si porranno su un piatto caldo. Frattanto in una padella si farà liquefare mezzo etto di burro con alcune cucchiaiate di farina, mescolando la sostanza senza però lasciarle prendere colore, vi si aggiungerà un quinto di acqua — anche quella dove bollirono le pastinache — e rimestando si farà bollire per cinque minuti, ponendovi un poco di sale e pepe. Questo composto si verserà poi sulle pastinache, spolverizzandole

di pane grattugiato e di formaggio e ciò fatto si faranno ricuocere per quindici minuti con fuoco moderato sotto e sopra, oppure al forno.

383. — **Frittelle di pastinaca.**

Si prendano quattro pastinache grossissime e si facciano bollire sino a che siano tenere. Dopo si scoleranno e si faranno passare per lo staccio, aggiungendovi un poco di farina, un uovo ben sbattuto e un poco di sale e pepe. Si mescolerà bene il composto, col quale si formeranno delle piccole frittelle rotonde. Frattanto si porranno in una padella alcune cucchiaiate di grasso di arrosto e liquefatto che sia, si faranno colorire le frittelle da ambo le parti. Si scoleranno su carta asciugante e si serviranno con *manzo lessato, roastbeef,* ecc.

PEPERONE

(*Capsicum annuum*).

Nomi stranieri — francese: *Piment commun* — inglese: *Capsicum* — tedesco: *Pfeffer* — fiammingo e olandese: *Spaansche peper* — spagnuolo: *Pimento* — portoghese: *Pimento*.

I peperoni si seminano in febbraio-marzo e si trapiantano quando hanno raggiunta l'altezza di quindici centimetri, in terreno profondamente lavorato e ben soleggiato. S'inaffiano e si zappano all'occorrenza. Le bacche dei peperoni si usano in diversi modi, e si mangiano in istato verde, condite semplicemente con olio, sale e talvolta con aceto. Si conservano pure verdi e maturi nell'aceto, per mangiarli più tardi con olio e sale. Certe qualità più piccanti si adoperano per farle disseccare, se ne estraggono le sementi, che si pestano per ridurle in polvere, costituendo il così detto pepe di Caienna, che si usa moltissimo nelle salse piccanti. Del peperone annuo si coltivano molte varietà, di cui le principali e le più usate sono: il *peperone lungo comune,* il *grosso quadrato dolce,* quello a *mazzi del Giappone,* il peperone *ciliegia,* il peperone *pomidoro,* il peperone *Astigiano.*

Vi è poi il peperone *proboscide*, il cui frutto ricorda la proboscide dell'elefante e misura fino a trenta centimetri, di color rosso scarlatto e molto carnoso. Il suo sapore è squisito.

384. — Peperoni ripieni.

Per fare i peperoni ripieni è necessario scegliere quelli di Spagna dolci, e per ognuno adoperare un po' di pollo cotto triturato, pane grattugiato, un po' di sale, pepe, prezzemolo trito e un po' di burro. Ecco come vanno cucinati: Si taglierà l'estremità dei peperoni e privatili dei semi, si porranno in una casseruola d'acqua bollente, coprendoli e ponendoli vicino al fuoco per quindici minuti. A parte si mescoleranno assieme tutti gli ingredienti suindicati, ad eccezione del burro, che si farà invece liquefare per versarlo poi sopra alle dette sostanze quando queste saranno tutte mescolate per bene. Scolati i peperoni, si empiranno col ripieno, si aspergeranno con pane grattugiato e si porranno in una terrina con dei pezzetti di burro; si faranno cuocere a fuoco moderato sotto e sopra, o meglio nel forno, per quindici minuti e si serviranno con arrosto, polli arrosto, ecc.

385. — Peverata.

Si faccia dapprima liquefare un mezz'etto di burro e quando avrà preso un bel color roseo vi si unisca una cipolla trita, chiovi di garofani, lauro, timo, prezzemolo, due carote e peperoni, il tutto trito per bene, un poco di farina, un bicchiere di vino bianco, uno d'acqua ed uno di aceto aromatizzato. Si farà bollire il tutto per mezz'ora e si servirà.

386. — Salsa di peperoni.

Si prenderà un peperone rosso ed uno verde e si taglieranno per bene; quindi si taglierà un cavolo duro, al quale si uniranno due cucchiaiate di senape, uno di pepe, uno di chiovi di garofano, e per ultimo i peperoni tri-

turati con un poco di sale. Si mescolerà il tutto per bene e lo si porrà in un vaso, coprendo il composto suddetto con aceto freddo e lasciandovelo per tutta una notte prima di usarlo. Questa salsa può durare due o tre giorni, ma meglio è consumarla appena fatta.

PISELLI

(*Pisum sativum*).

Nomi stranieri — francese: *Pois* — tedesco: *Erbse* — inglese: *Pea* — fiammingo e olandese: *Erwt* — danese: *Havevert* — spagnuolo: *Guisante* — portoghese: *E vilha*.

I piselli preferiscono un terreno magro piuttostochè concimato e sovrattutto del buon letame. Fra le verdure essi occupano un posto assai importante nell'orto, e quindi è necessario prodigar loro tutte le cure per ottenere buoni prodotti durante la buona stagione, e cioè dal marzo o maggio sino ad autunno inoltrato. La semina viene eseguita in ottobre o in novembre sopra aiuole in costa esposte a mezzodì e ben difese, onde avere i primi frutti in primavera. Si seminano anche in febbraio e marzo ed in maggio e giugno in luoghi un po' più freschi, affinchè la fecondazione non abbia ad essere guastata. I piselli si dividono in due varietà e cioè: *quelli da sgusciare,* e quelli *mangiatutto* detti *taccole*. Essi sono uno dei più graziosi legumi, digeribili, saporiti, nutrienti. I freschi e teneri sono più digeribili che i secchi. Si mangiano anche crudi allorquando sono teneri.

La cucinazione dei piselli si fa in diverse maniere: nelle minestre, colle carni, nei manicaretti, ecc.

I piselli si fanno seccare nel modo stesso dei fagiuoli e degli altri legumi. Ricordiamo che si possono conservare benissimo allo stato verde ponendoli nell'acqua e nell'aceto, lavandoli però in acqua fresca prima di adoperarli nelle vivande. — Innumerevoli sono le qualità di piselli che si coltivano in diversi luoghi, ma le più apprezzate per la coltivazione e per la cucinatura sono fra i piselli rampicanti: il *pisello brianzolo,* il *pisello*

Guglielmo I, il *pisello telefono,* il *pisello Principe Alberto,* l'*Express,* il *Carastacus,* quello di *S. Caterina,* il *pisello Sciabola,* il *pieno paniere;* il *Victoria;* il *Roi des Moelles,* e il *Principe di Galles* e fra i piselli nani: quello d'*Olanda,* il *Gontier,* l'*Inglese,* l'*Imperiale* verde, il *Bijou* di *Mac Lean* e la *meraviglia d'America;* fra i piselli mangiatutto o *taccole* le varietà più distinte sono: il *S. Desiderato,* il *Corno d'Ariete,* il *nano goulus,* la *taccola gigante.* I diversi modi a cui noi accenneremo per cucinare i piselli, si possono usare anche per le taccole.

387. — **Piselli alla borghese.**

Si faranno cuocere i piselli sgranati in un soffritto di cipolla, prosciutto, burro, erbe odorose ed un poco di farina, bagnandoli poi con buon brodo. Cotti che siano, vi si aggiungerà del latte e dello zucchero e si legheranno con tuorli d'uovo. Si servono caldi.

388. — **Piselli al buon gusto.**

Si farà cuocere nel burro una cipolla tagliata in croce finchè sarà rosolata e poi la si leverà. Nel burro stesso si rimesterà un pizzico di farina bianca, e, tostata che sia, vi si aggiungeranno i piselli verdi già bolliti, salandoli e spruzzandoli di spezie. Appena i piselli avranno assorbito l'unto, vi si unirà tanto brodo che basti per terminare la cottura.

389. — **Piselli al consommé.**

Facciasi cuocere nel solito brodo, *consommé,* un litro e mezzo di piselli grossi e freschi, più due carote imbianchite e tagliuzzate a quadretti e un poco di zucchero. Si lascierà bollire il composto per circa un'ora ed al momento di mettere in tavola, si verserà sugli appositi crostini fritti dapprima in eccellente burro.

390. — **Piselli al burro.**

Si porrà in una casseruola quella data quantità di piselli che si crederà opportuno, unendovi circa un etto di burro e mescolandovi assieme dell'acqua fredda. Ciò fatto

si porrà la casseruola a fuoco ardente, aggiungendovi acqua bollente, sale, pepe, un poco di zucchero e moltissimo prezzemolo. Si ridurrà il sugo, quindi si ritirerà dal fuoco, aggiungendovi un poco di burro.

391. — **Piselli alla crema.**

Si porrà mezzo litro di piselli in una pentola d'acqua bollente salata, facendoli cuocere per quindici minuti e poi scolare. Si porrà mezz'etto di burro in una casseruola, una cucchiaiata di farina ed in seguito un quinto di latte, mescolando il tutto sino a che bolle, aggiungendovi un poco di sale e pepe e per ultimo i piselli. Si terranno a bagno maria per quindici minuti, quindi si serviranno come guarnizione alle animelle di vitello, ai piccioni cotti al forno, ecc.

392. — **Piselli alla campagnola.**

Si faccia una buona salsa bianca, aggiungendovi una cucchiaiata o due di farina per rendere densa la sostanza, e poi i piselli sbiancati. Si salino e vi si aggiunga un poco di drogheria e quando hanno assorbito tutto l'unto, vi si metta sugo o brodo in tale proporzione che abbia ad asciugare del tutto in fine di cottura. Questi piselli possono servire benissimo per guarnizione ad una mortadella, salsiccia, piccione, pollo, ecc.

393. — **Piselli allo zucchero.**

Si prendano tre ettogrammi di piselli e si pongano in una casseruola con mezz'etto di burro, un bicchiere d'acqua, un'oncia di zucchero e una presa di sale.

La cottura dev'essere fatta a fuoco ardente e per quindici minuti. Teneri che siano, si leveranno dal fuoco per unir loro quattro tuorli d'uova ben sbattuti con mezzo bicchiere di panna. Si rimetteranno al fuoco, avendo però cura di mescolare continuamente onde non lasciarli bollire. Una volta unito il composto, si serve caldissimo.

394. — Piselli dolci nel guscio.

Si acquisterà un chilo di piselli giovani e teneri e si porranno senza sgranarli, in una pentola d'acqua bollente unendovi un poco di sale e facendo cuocere per circa trenta minuti. Si porranno, cotti che siano e sgranati, in un piatto riscaldato e sopra si verserà la crema servendo prontamente. Sono buonissimi anche col solo burro, sale e pepe.

395. — Piselli allo stufato.

Si prendano alquanti piselli teneri e sbucciati, si mettano in una casseruola con soffritto d'aglio, prosciutto, mezz'etto di burro ed erbe odorose, conservandoli caldi sino a che siano cotti. Si possono legare anche con tuorli d'uova.

396. — Poddingo non dolce di piselli.

Si prenderanno otto etti di piselli e si sbuccieranno. In una casseruola si farà liquefare mezz'etto di burro e rosolato per bene vi si verseranno i piselli, salandoli e mescolandoli per due o tre minuti e bagnandoli in seguito con brodo eccellente (buono è pur quello di rane) unitamente ad un poco di cannella e spezie. Allorchè cederanno alla pressione delle dita, si passeranno allo staccio e in altra casseruola si farà friggere mezz'etto di burro, nel quale si metterà la *purée* di piselli, mescolandovi una cucchiaiata di farina e poco dopo, mescolando sempre, un bicchiere e mezzo di panna, due amaretti polverizzati e tre tuorli d'uova. Si torrà dal fuoco il composto e lasciatolo raffreddare, vi si incorporeranno leggermente i tre albumi d'uova ben sbattuti. Quindi spalmato uno stampo con burro, vi si verserà il composto facendolo cuocere a bagnomaria con fuoco anche al disopra.

397. — Polentina inglese di piselli secchi.

Si taglieranno a fette due cipolle ed un gambo di sedano, si metteranno in una padella con mezz'etto di burro

mescolando fino a che siano rosolati bene; quindi si metteranno in una pentola assieme a due litri d'acqua, sei porri, mezz'etto di pane grattugiato, mezzo chilo di piselli, facendo cuocere il tutto lentamente per circa un'ora, schiumando appena bolliranno. Cotto che sia il composto lo si farà passare per lo staccio, riponendolo nella pentola, e condensato che sia si servirà caldissimo.

398. — **Purée di piselli.**

Si prendano dei piselli secchi e si facciano cuocere nell'acqua, passandoli poi per il colatoio di latta con mestolo di legno e bagnandoli con brodo. Si disporrà poi in una casseruola mezz'etto di burro, una cipolla tritata e delle erbe odorose, facendo loro prendere un bel colore d'oro. Ciò fatto vi si metteranno i piselli e si farà bollire il tutto sino a che sia divenuto denso come una farinata, ponendovi poi un poco di noce moscata.

399. — **Purée di piselli secchi.**

Si porrà un litro e mezzo di piselli secchi in una pentola con sale, burro ed acqua fredda, aggiungendovi del prosciutto magro. Si farà cuocere tutto per due ore, ritirando prima il prosciutto e passando per lo staccio i piselli: vi si aggiunge poi del *consommé*, preparato secondo le regole, dello zucchero e del burro. Si versa a poco a poco nella zuppiera, nella quale saranno stati posti i crostini.

400. — **Zuppa di piselli.**

Si sguscieranno due chili di piselli e si metteranno in una pentola, coprendoli d'acqua fredda e facendoli bollire per una ventina di minuti. Si leverà una tazza di piselli e gli altri si faranno passare per staccio quindi si rimetteranno i piselli schiacciati nella pentola aggiungendovi un litro di latte e l'altra tazza di piselli interi e mescolandovi assieme un etto di burro, due cucchiaiate di farina, rimestando sempre fino a che la zuppa siasi fatta densa. Vi si aggiungerà una presa di sale e cannella e si servirà caldissima.

401. — Frittata con piselli.

Si faccia bollire una data quantità di piselli sgusciati (un chilo) in acqua salata per quindici minuti, quindi si facciano scolare, avendo cura però di tenerli caldi mentre si prepara la frittata.

Si sbatteranno quattro uova, aggiungendovi quattro cucchiaiate d'acqua calda, venti centigrammi di burro ed un poco di sugo di cipolla (tre o quattro goccie). Si porrà in una padella un etto di burro e rosolato per bene, vi si uniranno le uova. Si agiti sopra fuoco vivo, fino a che le uova siansi rapprese, poi si alzerà un lato della padella in modo che la parte liquida passi al disotto spolverizzandola con sale e pepe. Si metteranno due cucchiaiate di piselli cotti in mezzo alla frittata e voltando una metà della frittata sull'altra, la si porrà sopra un piatto caldissimo. Si condirà poi il rimanente dei piselli agggiungendovi una cucchiaiata di salsa di burro, quindi si verseranno intorno alla frittata servendola prontamente. E questa un'ottima *entrée* per pranzo o piatto per cena e per colazione.

402. — Piselli all'inglese.

Il pisello è uno dei migliori legumi, la sua delicatezza è estrema, ma per mangiarlo gustoso, bisogna sia colto di fresco. I piselli detti all'inglese sono semplicemente cotti nell'acqua salata e poi rosolati nel burro fuso prima di servirli. Gli inglesi mettono nell'acqua anche un mazzolino di menta fresca.

403. — Piselli alla francese.

Si prendono dei piselli freschi e si mettono in una casseruola con poca acqua, burro, sale, pepe, una manciata di zucchero, un po' di prezzemolo. Si fanno bollire e poi si lasciano cuocere lentamente.

L'acqua dev'essere consumata allorchè i piselli si servono.

404. — **Purée di piselli per guarnizione.**

Far bollire i piselli nell'acqua salata con un po' di lattuga, un po' di prezzemolo e due cipolle. Sgocciolarli e passarli allo staccio, metterli in una casseruola con sale e pepe, aggiungere da ultimo un po' di salsa bianca e un po' di burro.

405. — **Zuppa alla purée di piselli.**

Dopo aver fatti cuocere i piselli come nella ricetta precedente, si sgocciolano e si pestano in un mortaio con la lattuga e le cipolle. Si aggiunge qualche cucchiaiata di brodo. Si passa allo staccio, si fa bollire la *purée* in una casseruola per venti minuti, e si aggiunge da ultimo un pezzo di burro.

Questa *purée* si serve sciolta nel brodo con crostini, o così com'è, sempre però coi crostini.

406. — **Piselli al lardo.**

Tagliare a dadi del lardo e farlo cuocere in una casseruola, con una cucchiaiata di farina e del brodo. Allorchè è cotto appuntino, s'aggiunge un mazzolino d'erbe odorose, qualche cipolletta e i piselli. Si lascia cuocere adagio, si toglie il mazzolino di erbe e si serve.

POMIDORO.

(*Solanum lycopersicum*)

Nomi stranieri — francese: *Tomate* — inglese: *Tomato* — tedesco: *Tomate o paradeisäpfel* — fiammingo e olandese: — *Tomaat* — spagnuolo e portoghese: *Tomate.*

I pomidoro sono di facilissima coltivazione; richiedono una terra sostanziosa e permeabile, ma non soverchiamente leggiera. Si seminano in luogo riparato ma soleggiato, verso l'aprile e si trapiantano in terreno preparato, ad intervalli di cinquanta centimetri, su filari distanti fra

loro un metro. A ogni pianta si lascieranno due soli steli e questi si legheranno a piccole spalliere oppure a rami secchi. Le principali varietà utili per la cucina e coltivazione sono: il *pomodoro rosso grosso;* il *rosso molto grosso precocissimo;* il *pomodoro mela rossa* senza coste; il *rosso Laye;* il *pomodoro ciliegia,* piccolo come una ciliegia; il *giallo rosso;* quello *Re Umberto;* il *pomodoro pesco;* il *pomodoro Mikado.* Diremo per ultimo che il pomodoro si conserva — se abbastanza maturo e non ammaccato — in un'olla versandovi sopra dell'acqua salata nella proporzione di novanta grammi di sale ogni litro di acqua. Il vaso lo si deve coprire con un pannolino finissimo.

407. — Conservazione dei pomidoro.

Coi pomidoro si fanno salse utilissime per tutta l'invernata. Si prendono a tale scopo i pomidoro maturi, si tagliano per metà e si premono fortemente colle mani per estrar loro tutta la maggiore quantità d'acqua possibile. Ridotti i frutti come una pasta, si mettono in una caldaia al fuoco con del sale, ed unendovi qualche carota tagliuzzata per bene. Si prepara frattanto in una casseruola una quantità proporzionata di burro fritto con cipolle che si versa parimenti nella pentola. Appena che la massa avrà bollito per tre quarti d'ora, si toglierà dal fuoco e si farà passare alla stamigna.

Mondata in tal modo la pasta dei pomidoro tanto dalle buccie che dalle sementi, si ritornerà a mettere al fuoco e si farà cuocere lentamente fino a che abbia raggiunto la consistenza d'una polentina molle, avendo però cura di mescolarla continuamente affinchè non abbia ad attaccarsi al fondo della pentola. Appena si vedrà ben condensata, si ritirerà dal fuoco distendendola in apposite tavolette quadrate con al disotto un foglietto di carta greggia ed esponendola al sole, ritirandola però di notte e durante il cattivo tempo. Due o tre giorni dopo la si volta e la si preme con un rullo di legno tornito, e ciò per espellere ogni particella d'acqua, ricollocando le tavolette al sole per altri due o tre giorni, dopo di che si forme-

ranno dei rotoli che, incartati ed unti esternamente con un poco d'olio, si conservano a lungo.

Si può anche prendere la salsa dei pomidoro mondata dopo la prima bollitura e versarla entro bottiglie, turandole ben bene e rimettendole a bollire a bagnomaria, facendole così conservare il bel colore primitivo e lo stesso sapore dei frutti freschi.

408. — **Pomidoro alla graticola.**

Si taglieranno alcuni pomidoro nel mezzo senza punto sbucciarli e si collocheranno sopra una graticola, spolverizzandoli di sale e pepe e facendoli cuocere a fuoco moderato fino a che si saranno rammolliti. Cotti che sieno si disporranno su d'un piatto riscaldato, versandovi sopra della salsa bianca e servendoli con fette di pane tostato e croccante.

409. — **Pomidoro al riso.**

Si prenderanno sei pomidoro, si spremeranno, si metteranno in una casseruola con mezz'etto di burro, si faranno cuocere ben bene e si faranno passare allo staccio aggiungendovi poi del *consommé* e facendo cuocere ancora fino a che la sostanza siasi ridotta ad un quarto. Frattanto si farà cuocere il riso in altro *consommé* e quando sarà cotto vi si aggiungeranno i pomidoro. Dopo alcuni minuti di confinatura si serviranno in tavola.

410. — **Pomidoro con ripieno.**

Si scelgano dodici pomidoro grossi e lisci, si tagli loro le estremità levando inoltre i semi. Si metterà in una padella un etto di pane grattugiato, un poco di cipolla triturata, sale, un pizzico di pepe e mezz'etto di burro liquefatto. Si riempiranno i pomidori col suindicato composto e si collocheranno in apposita tegghia facendoli cuocere a fuoco ardente per circa mezz'ora. Levati con cura si disporranno sopra un piatto caldo e si serviranno prontamente.

411. — **Pomidoro con ripieno di sedano.**

Facciansi scottare in acqua dei piccoli pomidoro rotondi, quindi si levi loro la buccia e si taglino loro le due estremità, in modo da farne uscire i semi; si collochino poi sopra del ghiaccio per farli raffreddare, quindi tagliuzzata in piccoli pezzi la parte interna di un sedano e bagnata con salsa francese, si riempirà con questa i pomidoro, riponendoli ognuno sopra una foglia di lattuga fresca e servendoli conditi come ogni altra insalata, e cioè con olio, sale, pepe, aceto, ecc.

412. — **Pomidoro in torta.**

Si metterà sul fondo di una tortiera uno strato di pomidoro, e sopra questo se ne metterà uno di pane grattugiato, aspergendolo di sale e pepe, indi un altro strato di pomidoro, poi un altro di pane sino a che la tortiera è piena, avvertendo che l'ultimo strato dev'essere di pane. Sopra vi si porranno alcuni pezzetti di burro e si farà cuocere a fuoco mite in un forno per mezz'ora, oppure sopra fornello con fuoco sotto e sopra. Si serviranno nella stessa tortiera.

413. — **Pomidoro conditi all'indiana.**

Si prenda un quinto o mezzo quinto di riso, secondo il numero dei commensali e lo si lavi parecchie volte. Si prenda pure un chilo di pomidoro cotti, oppure della conserva di pomidoro, coll'aggiunta di sale e spezie a discrezione. Si porrà nel fondo d'una tortiera uno strato di pomidoro, poi uno strato di riso crudo, quindi un altro di pomidoro, e così di seguito, facendo però rimanere per ultimo lo strato di pomidoro. Si aspergerà con pane grattugiato e sopra si collocheranno alcuni pezzi di burro sparsi, facendo cuocere a fuoco moderato per oltre mezz'ora. Si serviranno nella tortiera stessa, aggiungendovi uno strato di gombo. I pomidoro così conditi possono servire come guarnizione al pollo arrosto, beccaccine, ecc.

414. — Pomidoro fritti.

Si taglieranno in due sei bellissimi pomidoro maturi, ponendoli poi in una tegghia colla buccia rivolta all'ingiù e con un etto di burro; si spolverizzerà il tutto con sale e pepe, mettendoli al forno per circa dieci minuti, quindi si porranno al fuoco e si faranno friggere lentamente senza però voltarli. Cotti che siano si metteranno colle debite precauzioni sopra un piatto riscaldato. Si rimetterà la tegghia sul fuoco ardente e si rimesterà sino a che il burro avrà preso un bel color bruno; allora vi si aggiungeranno due cucchiai di farina, mezzo litro di latte e sale e pepe.

Questa salsa si verserà sui pomidoro e si serviranno caldi.

415. — Pomidoro in aceto.

Si sceglieranno dei piccoli pomidoro rossi o gialli e forati con uno spillo, si metteranno in vasi di cristallo o di terra, aggiungendovi dei semi di senape o di mostarda e coprendoli poi con aceto freddo. Due settimane dopo si possono usare; bisogna aver però la precauzione di tenerli ben chiusi.

416. — Pomidoro in conchiglia.

Tagliati in due, senza sbucciarli, quel numero di pomidoro che si desidera, si porranno in una tegghia con relativi pezzetti di burro e spolverizzati di sale e pepe. Si metterà la tegghia nel forno, od a fornello con fuoco sotto e sopra, facendo cuocere lentamente per circa un'ora sino a che siano perfettamente teneri. Frattanto si prepareranno dei dadi di pane tosto, e su ognuno di essi si porrà un mezzo pomidoro. Attorno si verserà la salsa di crema e si servirà caldissimo.

417. — Pomidoro in conserva.

Si prenderanno quanti pomidori vogliono utilizzare e si faranno bollire in un pajuolo senza acqua. Cotti che siano

si passeranno pel colatoio di latta e frattanto si metterà sul fuoco in una tegghia, o casseruola, il liquido ottenuto facendolo condensare simile ad una farinata. Questa si verserà poi su piatti o su forme e la si farà asciugare al sole sino a che si sarà bene indurita. Si faranno poi dei panetti, che si involgeranno in carta unta coll'olio e poi si rinchiuderanno in vasi bene chiusi, per servirsene al bisogno. Qualora si desiderasse una salsa aromatica, si potrà aggiungervi, quando è passata dal colatoio, tutte quelle droghe che sono di piacimento purchè siano polverizzate.

418. — **Pomidoro in ghiaccio.**

Si passeranno nell'acqua bollente e poi si sbuccieranno dei piccoli pomidori, quindi si metteranno sul ghiaccio servendoli intieri con salsa francese a parte.

419. — **Pomidoro in umido.**

Si verserà dell'acqua bollente sopra una dozzina di pomidoro belli e grossi e con un coltello si leverà loro la pellicola e le due estremità, tagliuzzandoli poi a pezzi. Si metteranno in una casseruola e si faranno cuocere lentamente per trenta minuti circa, aggiungendovi una cucchiaiata di burro, un pizzico di zucchero, il sugo di una cipolla ed un poco di sale e pepe. Si farà cuocere per venti minuti facendo acquistare al composto la dovuta densità. Si servono caldi.

420. — **Pomidoro verdi.**

Si aprono per metà, si tolgono loro con diligenza i semi, si cuociono con un soffritto d'aglio, un poco di nepitella e si legano con tuorli d'uovo.

421. — **Pomidoro verdi conservati.**

Si laveranno dei pomidoro verdi, quindi si copriranno con acqua bollente e si metteranno a parte per venti minuti, passando poi ad asciugarli e a tagliuzzarli a fette. Si tagliuzzeranno poi sei limoni sugosi, levando loro i semi

e si metteranno in una casseruola assieme ai pomidoro, a un chilo di zucchero granulato, a una cucchiaiata di zenzero grattugiato ed a un bicchiere d'acqua per impedire che il composto abbia ad abbruciare. Si coprirà la casseruola e la si porrà a fuoco lento per oltre un'ora, avendo cura di schiumare per bene. Si lascierà raffreddare e dopo un'altra semplice bollitura si metteranno in vasi per conservarli, avendo la precauzione di chiuderli ermeticamente.

422. — Salsa di pomidoro per pasta, piatti in umido e frittate.

Facciasi anzitutto friggere in una casseruola un sedano, una carota a fette, del prezzemolo trito, una foglia di lauro e grammi 70 di burro. Vi si aggiungerà poi un chilogramma circa di pomidori tagliuzzati finamente e si condiranno con sale e pepe. Si lascierà bollire la salsa sino a che sia densa, e quindi la si passerà allo staccio allungandola con brodo eccellente.

423. — Salsa di pomidoro per minestra.

Si faccia anzitutto prendere il color d'oro ad una cipolletta, friggendola in venti grammi di burro fresco ed aggiungendovi anche un poco di farina. Vi si uniscano poi dodici pomidoro sceltissimi tagliati in croce e si facciano cuocere sino a che siansi completamente disfatti. Si passino allo staccio, si rimettano sul fuoco aggiungendovi brodo o sugo, ed una volta raggiunta la condensazione servite questa salsa per minestra unita al brodo di magro.

424. — Sugo di pomidoro.

Si prenderanno dei pomidoro e si taglieranno per metà, mettendoli in una pentola a bollire sino a che siano disfatti. Si passeranno poi pel colatoio di latta schiacciandoli con forza mediante mestolo di legno, ed al liquido ottenuto si aggiungerà del buon brodo di sostanza e qualche droga pestata. Si ponga il sugo sul fuoco e lo si faccia condensare alla densità stessa di una farinata. È ottimo per qualunque minestra. In mancanza di sugo si adopera la conserva disfatta con brodo.

Se vuolsi avere più semplice si potrà adoperarlo tale e quale esce dal colatoio; ma in tal modo conserva un po' troppo l'acido, ed è mestieri allora farlo concentrare acciocchè perda alquanto l'acidità.

425. – Miele di pomidoro.

Si sceglieranno dei pomidoro gialli maturi e si passeranno in una casseruola tagliuzzati, aggiungendovi per ogni chilo la corteccia di un limone grattugiata. Si faranno bollire lentamente per circa trenta minuti, quindi si scoleranno e si spremeranno per mezzo dello staccio. Il liquore ottenuto si misurerà e si rimetterà poi nella pentola, aggiungendovi per ogni litro, un chilo di zucchero granulato e quattro cucchiaiate di succo di limone. Si faccia bollire il composto per venti o trenta minuti sino a che si formerà un sciroppo denso come gelatina, e dopo si può metterlo in bottiglie turandole ermeticamente.

426. — Pomidoro dolci conservati.

Si sceglierà una data quantità di pomidoro grossi e belli e si faranno scottare in acqua bollente, sbucciandoli poi e pestandoli. Per ogni chilo di pomidoro occorreranno un mezzo chilo di zucchero, il succo e la scorza di un limone ed un piccolo zenzero tagliuzzato a fette sottili, che si metteranno in una pentola coi pomidoro e si faranno cuocere lentamente sino a che si conoscerà che i pomidoro saranno teneri, senza però perdere la loro forma. Si metteranno in vasi e si lascieranno raffreddare. Conservansi benissimo.

I pomidoro gialli si possono conservare coll'identico processo.

427. — Pomidoro alla provenzale.

Si sbucciano i pomidoro e si tagliano in due nel senso della larghezza, poi si toglie loro il sugo e i semi, si spolverizzano di sale e di pepe e si gettano in una padella che contiene olio bollente. Si voltano, si aggiunge loro qualche

spicchio d'aglio e un po' di prezzemolo triturato, poi si servono.

428. — Salsa di pomidoro.

Tagliuzzare in una casseruola due cipolle, un po' di prezzemolo, un po' di prosciutto crudo e quattro o cinque funghi freschi e aggiungervi timo e lauro, pepe in granelli e due chiovi di garofano. Si fanno friggere questi ingredienti con sessanta grammi di burro, per qualche minuto, poi si aggiungono dodici pomidoro sminuzzati e un po' di brodo e si lascia cuocere il tutto per una mezz'ora. Si passa allora la *purée* per lo staccio e lo si rimette in una casseruola. Si lega la salsa con un po' di tuorlo d'uova, si fa bollire, le si leva la schiuma e si aggiunge un po' di gelatina di carne.

429. — Zuppa di purée di pomidoro.

Si fanno friggere due dozzine di pomidoro tagliati, cogli stessi ingredienti adoperati per la salsa di pomidoro. Si aggiunge loro un mezzo litro di brodo e si lasciano cuocere una buona mezz'ora. Si passa allo staccio la *purée* e poi lo si diluisce con del brodo e si serve coi crostini.

430. — Insalata di pomidoro.

Scegliere di preferenza i pomidoro rotondi e duri, sbucciarli e tagliarli a quarti, condirli con sale, pepe, olio, aceto, un po' di cerfoglio e di cipolletta.

431. — Pomidoro ripieni.

Si scelgono dei bei pomidoro, s'immergono nell'acqua bollente e si ritirano subito, così più facilmente si può levar loro la buccia, quindi con la punta d'un coltello si pratica un foro nel frutto e si tolgono il sugo e i semi.

Si prepara un composto di erbe, o di carne, o di spinaci, ecc. e con questo si riempiono i pomidoro, che si portano al forno, col foro in alto, per venti o venticinque minuti.

PORCELLANA

(*Portulaca oleracea*).

Nomi stranieri — francese: *Pourpier* — inglese: *Porsulan* — tedesco: *Porbulak* — fiammingo e olandese: *Postelein* — danese: *Portulak* — spagnuolo: *Verdolaga* — portoghese: *Beldroega*.

La porcellana si semina a file o alla volata, in terreno leggero, dal mese di maggio all'agosto. Due mesi dopo la semina, si fa la raccolta delle foglie la quale si rinnova due o tre volte sulla medesima pianta.

La porcellana, quando trovasi in istato tenero, e prima della formazione di quelle tante capsule ripiene di sementi, è buonissima a mangiarsi in insalata, aggiungendovi un poco d'*erba cipollina*, oppure *aglio*. La si cucina pure lessata in acqua salata e poscia condita con sugo di *pomidoro* o con quello di altre verdure.

PORRO

(*Allium porrum*).

Nomi stranieri — francese: *Poireau* — tedesco: *Lauch* — inglese: *Leek* — fiammingo e olandese: *Prei* — danese: *Porre* — spagnuolo: *Puerro* — portoghese: *Alho porro*.

La seminagione del porro si effettua in febbraio e marzo od in giugno e luglio, spargendo il seme su tutta la superficie dell'aiuola, ovvero a file. La consumazione principia da novembre ad aprile. Si può seminare anche in marzo per raccogliere dal giugno in avanti. I porri così detti lunghi, sono le varietà più delicate Si possono cucinare per le zuppe di grasso e di magro, si prestano ad essere mangiati crudi, conditi con olio e sale e si fanno pure accomodati con burro e formaggio. È una verdura eccellente. Il *porro gigante d'inverno* è la varietà più bella che esista. Vi è poi il *porro grosso corto d'estate*, e quello d'*Ayton Castle*, il più stimato sui mercati inglesi per la sua bontà e per la sua grossezza.

432. — Porri in umido.

Si prenderà quel numero di porri che si reputa conveniente per la quantità delle persone che si devono servire e quindi mondati e lavati, si getteranno in una pentola d'acqua bollente salata, lasciandoli cuocere per trenta minuti. Si faranno poi sgocciolare e si collocheranno in un piatto riscaldato, colle cime tutte voltate da una parte. Frattanto in una casseruola si metterà mezz'etto di burro, e liquefatto che sia, un poco di farina, mescolando ed aggiungendovi per ultimo un bicchiere di latte, sale ed un pizzico di pepe. Si continuerà a mescolare sino che bolla, dopo di che si verserà il composto sopra i porri, che si serviranno prontamente.

433. — Zuppa di porri.

Si scelgono dei porri giovani, si tagliano a fettoline, si fanno cuocere nell'acqua salata, poi così cotti si versano nel *consommé*. Per raffinatezza si possono far prima cuocere nel burro.

434. — Porri in insalata.

Mondati dei porri novelli e postili in un'insalatiera, si condiscono con sale, pepe, olio, e se si vuole anche con un po' di salsa bianca.

435. — Minestra di porri alla scozzese.

Si mette a cuocere nell'acqua una gallina e allorchè è cotta, se ne stacca la carne, e si tagliuzza a pezzetti. Intanto si taglierà a strisce la parte bianca di alcuni porri e si farà cuocere nello stesso brodo della gallina; allorchè i porri son cotti, si aggiunge a questo brodo la carne tritata e riso abbastanza.

436. — Porri brasati.

Si prendono le parti bianche dei porri, e si pongono in una casseruola con brodo, un po' di burro, due ci-

polle picchiettate di chiovi di garofano e un mazzolino d'erbe odorose. Allorchè son cotte, si servono condite con qualche salsa.

PREZZEMOLO

(*Apium petroselinum*).

Nomi stranieri — francese: *Persil* — inglese: *Paesley* tedesco; *Petersilie* — fiammingo: *Petorselie* — olandese: *Pieterselie* — danese: *Petersilje* — spagnuolo: *Perejil* — portoghese: *Selsa.*

Si semina il prezzemolo a spaglio da febbraio a tutto agosto in terra ben concimata. Le varietà più apprezzate sono: la *comune,* la *Napoli gigante* a foglie di sedano ed il *nano riccio.* L'aroma particolare di cui sono dotate le foglie del prezzemolo lo rendono adatto per molti usi nelle nostre cucine. Le varietà colle radici grosse e carnose si mangiano fritte o cotte semplicemente nell'acqua e condite con burro, con olio ed aceto, ecc. Le qualità colle foglie sostenute da grosse pezioli, s'imbiancano e si mangiano come i sedani.

437. — Prezzemolo all'aceto.

Si sceglierà del prezzemolo fresco e ricciuto, lo si laverà in acqua salata, lo si asciugherà per bene e finalmente lo si porrà in una terrina con poco d'aceto freddo, e anche un poco di ramolaccio grattugiato. Lo si usa fresco per guarnizione ad uova cotte, a carne fredda, ecc. Se ne può fare, di detta salsa, quella quantità che più pare e piace.

RABARBARO

(*rheum undulatum*).

Nomi stranieri — francese: *Rhubarbe* — tedesco: *Rhabarber* — inglese: *Rhubarb* — fiammingo e olandese: *Rabarber* — danese: *Rhabarbar* — spagnuolo e portoghese: *Ruibarbo.*

Il rabarbaro si può moltiplicare per seme, ma di solito si moltiplica per divisione del cespo. Si pianta in prima-

vera ad un metro di distanza, in un terreno fresco, profondo, ben lavorato e concimato. La raccolta si fa l'anno successivo dell'impianto.

Le foglie ed i pezioli del rabarbaro sono utilissimi nella cucina, potendosi con essi preparare i così detti *pies* inglesi. Si prenderanno i pèzioli delle foglie ben sviluppate, ma tenere, e si laveranno e sbuccieranno come si usa comunemente colla bieta (coste). Ciò fatto, si taglieranno detti pezioli minutamente (due centimetri circa), e si collocheranno a strati in un tegame di terra che resista al calore del forno; su ogni strato si verserà sopra una cucchiaiata di zucchero polverizzato, quindi un pizzico di sale, un poco di corteccia di limone grattugiata ed un poco di cannella e noce moscata. Ripieno il tegame, si prepara un foglio di pasta di timballo, e si ricopre con esso il tegame, avendo cura di attaccarlo bene agli orli e ponendolo poi a cuocere in nn forno ordinario per la durata di mezz'ora.

Il *pies,* o torta, può essere servito in tavola e distribuito a cucchiai assieme ad una pasta, aggiungendovi ben anco separatamente un po' di panna fredda e di zucchero.

Coi pezioli di rabarbaro si fanno le marmellate, lo sciroppo, la gelatina ed il candito di rabarbaro. Anche la parte verde delle foglie si utilizza preparandola nel modo stesso degli spinaci o dell'acetosa.

438. — **Rabarbaro in torta e semplicemente cotto.**

Lavato che sia il rabarbaro, lo si taglierà a pezzetti, lasciandovi però la buccia. Un chilo di rabarbaro assieme a quattro etti di zucchero granulato basta per formare un piatto squisito. Liquefatto lentamente lo zucchero, senza porvi acqua, nè mescolare, è l'unico condimento che s'addice al rabarbaro. Colle gambe di rabarbaro, non sbucciate messe in una tortiera con pasta, si ottiene una buona torta. Si taglieranno a fette sottili le gambe stesse e si riempirà la tortiera, ponendovi anche dello zucchero in polvere. La torta si coprirà colla pasta, facendovi un buco nel mezzo per lasciar passare il vapore. Si farà cuocere a fuoco vivo per circa un'ora.

RAMERINO

(*Rosmarinus officinalis*).

Nomi stranieri — francese: *Romarin* — tedesco: *Rosmarin* — inglese: *Rosemary* — fiammingo e olandese: *Rozemaryn* — danese: *Rosmarin* — spagnuolo: *Romero* — portoghese: *Aliecrim.*

Il ramerino è una pianta che si propaga facilmente ed è tanto utile per la cucina. Si può piantare anche in un vaso e ritirare nell'inverno in un angolo della cucina, restando così sempre alla mano del cuciniere. Col suo aroma serve ad accrescere il gusto a moltissime vivande, e segnatamente alle carni arrostite, come i polli, le anitre, i capponi, il vitello arrosto, ecc.

RAMOLACCIO

(*Raphanus sativus*).

Nomi stranieri — francese: *Radis, raifort* — tedesco: *Radies* — inglese: *Radish* — fiammingo e olandese: *Radijs* — danese: *Haversed-dike* — spagnuolo: *Rabanito* — portoghese: *Rabao.*

I ramolacci si coltivano per l'estate, l'autunno e l'inverno, e si seminano dal mese di maggio fino a settembre, collocando gli estivi in luoghi freschi ed irrigabili, e gli ultimi ad esposizioni migliori. Il ramolaccio ha gusto acre, piccante, e si mangia crudo con sale, olio, pepe assieme colla carne. L'uso dei ramolacci è troppo conosciuto perchè se ne debba far menzione, diremo che si mangiano anche cotti e sono più digeribili. Le varietà ottime per tavola sono: il *ramolaccio bianco* precoce: il *nero d'estate* e quello *nero d'inverno.*

439. — **Salsa di ramolaccio.**

Si raschia il ramolaccio, lo si grattugia, e si unisce ad una medesima quantità di pane grattugiato, con qualche cucchiaiata di aceto e del sale. Questa salsa dev'essere preparata almeno un'ora prima di servirla.

440. — **Salsa calda per il ramolaccio.**

Si fa bollire molta raschiatura di ramolacci nella salsa Béchamel quindi vi si aggiunge un po' di gelatina, un po' di burro, della senape e due tuorli d'uovo.

RAPA

(*Brassica napus*).

Nomi stranieri — francese: *Navet* — inglese: *Turnip* — tedesco: *Herbst-rübe* — fiammingo e olandese: *Raap* — danese: *Rol* — spagnuolo e portoghese: *Nabo*.

Nei mesi di luglio, agosto e settembre, dopo il raccolto dei piselli, dei cavoli primaticci e delle patate, si seminano le rape senz'altro ingrasso; si diradano se riescono troppo fitte, si sarchiano e si inaffiano abbondantemente se la stagione corre troppo asciutta. Si adoperano nella cucina come i cavoli, quindi giunte ad un certo sviluppo, si recidono presso il collo della pianta, e colle dita si spogliano della parte fogliacea verde e delle coste, se ne fanno mazzetti da tagliuzzare finamente per servirsene tanto per zuppe che condite come i cavoli. Le rape maggiormente coltivate ed utili alla cucina sono: la *quarantina di Pavia*, quella *bianca a colletto violetto* e la *gialla globosa*.

Affettata nella minestra la rapa è eccellente, ma porge alla cucina un piatto saporitissimo se si condisce al burro con formaggio e spezie. Le rape si fanno anche in salsa bianca, in insalata e fritte. Col montone e coll'anitra sono squisitissime.

441. — **Rape alla crema.**

Si sbuccieranno sei rape fresche e belle e si tagliuzzeranno a dadi, quindi si porranno in una casseruola d'acqua bollente, facendole bollire per trenta minuti. Si scoleranno e si metteranno in un piatto riscaldato, vi si verserà sopra un quinto di salsa di crema e si serviranno caldissime.

442. — Rape ripiene.

Si leverà la buccia alle rape e con un coltello si vuoteranno nel mezzo come una scatola, facendole poi imbianchire nell'acqua bollente. Sgocciolate, si triterà finamente del fegato, con un pizzico di prezzemolo, basilico o maggiorana, timo, cipolletta, mollica di pane inzuppata nel brodo, e a questi ingredienti si unirà un tuorlo d'uovo con un poco di sale e droghe agitando per bene il tutto con un mestolo. Formato così un buon composto, si empiranno le rape e si faranno cuocere in una casseruola con buon sugo o brodo avendo la precauzione però che esso non sorpassi il ripieno. Sopra le rape ripiene si porrà del pane grattugiato ed a fuoco lento si terminerà la cottura. Una volta accomodate sul piatto le rape, si rimetterà sul fuoco la casseruola contenente il poco umido o sugo rimasto e vi si aggiungerà un poco di burro spruzzato con farina e si farà bollire il tutto per due minuti circa. Giunto il momento di mettere in tavola si aggiungeranno prontamente, a questo intingolo, due tuorli d'uovo sbattuti, dapprima s'intende, col sugo estratto da due limoni.

Si verserà la salsa sulle rape e si serviranno calde. Il numero delle rape deve naturalmente variare a seconda del numero delle persone che pranzano.

443. — Rape crostate con formaggio.

Si pulisca quella data quantità di rape che si desidera e si lessino con molto sale. Cotte che siano, si pongano nell'acqua fresca, lasciandovele per mezz'ora, tagliuzzandole poi a fette sottili. Quindi si prenderà un piatto e vi si porrà dapprima un poco di formaggio parmigiano grattugiato, cannella in polvere e un poco di burro o strutto, poi un suolo di rape, quindi un altro di formaggio, e così di seguito finchè si abbiano rape. Ciò fatto, si guarnirà il piatto con crostini di pane involti nell'uovo e si servirà caldo in tavola.

444. — Rape fritte color d'oro.

Sbucciate e tagliuzzate a fette orizzontali sei rape belle e grosse, fatele bollire per venti minuti e scolatele per lo staccio. In una padella si metteranno due cucchiaiate di grasso d'arrosto o burro e caldo che sia, si spolverizzeranno le rape con zucchero e si porranno nel grasso, voltandole con cura fino a che le fette assumeranno un bel colore bruno. Si serviranno come guarnizione alle anitre, oche, polli arrosto, ecc.

445. — Rape in intingolo.

Si lesserà quel numero di rape che si vogliono adoperare mettendole poi in acqua fresca, spremendole assai e trinciandole. Quindi si faranno cuocere in una padella con olio, aglio, finocchio, sale e pepe. Si servono ben calde e si aggiunge loro, se piace, un poco di aceto od il sugo di un limone.

446. — Rape alla parigina.

Si prenderanno le rape, si monderanno e si faranno lessare, dopo di che si vuoteranno con diligenza affinchè non abbiano a rompersi e si riempiranno con un ripieno a piacere. Si metteranno poi in una casseruola con brodo, sugo di carne, pomidoro triturato, ed un poco di burro e si faranno cuocere con fuoco lento sotto e sopra, spolverizzandole con pane grattugiato, quando son ben cotte. La salsa ove sono state cotte le rape si legherà poi con due tuorli d'uovo e del formaggio grattugiato, si verserà sulle rape servendo in tavola prontamente.

447. — Rape in umido.

Si mettono in una casseruola le rape con un pezzo di burro, sale, pepe e un po' di brodo. Si fanno bollire a fuoco vivo e poi adagio adagio, finchè abbiano assorbito tutto il brodo e siano un poco colorite. Si servono come guarnizione.

448. — **Rape all'inglese.**

Lavate le rape, si fanno bollire nell'acqua salata, poi si servono inaffiate di burro fuso o di salsa alla crema.

449. — **Purée di rape.**

Messe le rape in una casseruola con del burro, si fanno friggere, poi si aggiunge loro del brodo; quando son tenere, si passano allo staccio, e la *purée* ottenuta si mette in una casseruola con un pezzo di burro, un po' di sale, pepe, e noce moscata.

450. — **Zuppa di rape.**

Si procede com'è detto nella ricetta precedente, poi si diluisce la *purée* con molto brodo e si serve coi crostini.

451. — **Rape al forno.**

Lavate delle rape e bollite, si fa loro un foro nella parte circolare e si vuotano con un cucchiaino. Si passa quindi allo staccio la polpa estratta e si pone in una casseruola con un po' di salsa di pomidoro, burro, sale e pepe, tre tuorli d'uovo. Si riempiono con questo composto le rape e si pongono in una tortiera, coprendole di carta imburrata per mandarle al forno.

452. — **Rape con patate.**

Formato la *purée* di rape, vi si aggiunga una quantità eguale di *purée* di patate caldo e, fattone un miscuglio, si serve caldissimo.

453. — **Foglie di rape condite e in insalata.**

Si prenderanno delle foglie di rapa e lavatele si getteranno in acqua bollente, con un pizzico di sale, lasciandole bollire venti minuti circa. Dopo si scoleranno, si metteranno in un piatto, condendole con burro e versandoci sopra le uova.

In primavera si possono adoperare le giovani foglie per fare una buona insalata, da condirsi con salsa alla francese.

454. — **Bisqué di rape.**

Si porrà un chilo di carne in una pentola, assieme ad una cipolla tagliuzzata e a quattro grosse rape, facendola bollire per un'ora circa. Dopo si passerà il tutto per lo staccio, riponendo il composto nella pentola, coll'aggiunta di mezzo litro di latte e facendo cuocere a dovere. Si condirà con sale e pepe, e si servirà prontamente. Qualora la zuppa riesca troppo densa vi si unirà del latte tanto da renderla a giusta densità. Una cucchiaiata di burro mescolato nella zuppa, al momento di versarla in tavola, la migliora assai.

RAPUNZOLO

(*Campanula rapunculus*).

Nomi stranieri — francese: *Raiponce* — inglese: *Rampion* — tedesco: *Rapunzel* — fiammingo e olandese: *Rapunsel* — spagnuolo: *Reponche* — portoghese: *Rapunculo*.

Il rapunzolo si semina a partire dal mese di maggio alla volata o in file distanti 20-25 cm. Essendo i semi molto minuti, per ottenere una regolare distribuzione, è necessario mescolarli con della sabbia. Durante il caldo ha bisogno di inaffiamenti. Nel mese di giugno si fa una seconda semina e la raccolta si comincia in ottobre e dura tutto l'inverno.

È radice erbacea, bianca, carnosa e tenera. È squisita ed offre alla cucina una varietà delicata nel genere delle insalate. La si può anche far cuocere ad uso spinaci, ed anche friggere con burro.

RAVANELLO

(*Raphanus sativus L.*)

Nomi stranieri — francese: *Radis* — tedesco: *Radies* — inglese: *Radish* — fiammingo ed olandese: *Radijs* — danese: *Haverse1-dike* — spagnuolo: *Rabanito* — portoghese: *Rabao.*

Il ravanello (*Raphanus sativus parvus*), la cui radice non eccede mai il diametro di 3 cm. si può coltivare e consumare tutto l'anno.

Si semina in piena terra sopra aiuole alla volata, dal mese di febbraio a novembre. Si preferisce un terreno leggiero, sabbioso, soffice, concimato con terriccio ben decomposto, suscettibile di irrigazione ed inaffiature durante l'estate.

Appena germinati i semi, quando le piantine hanno messo la terza foglia, si diradano e si estirpano le male erbe, allo scopo di ottenere uno sviluppo uniforme. Dopo 20-25 giorni si possono cominciare a raccogliere le radici.

In primavera ed autunno si preferiscono le posizioni soleggiate; nell'estate si scelgono le località ombreggiate.

La semina si ripete ogni 10 o 15 giorni per avere continuamente dei ravanelli a disposizione.

Nei mesi di novembre, dicembre e gennaio si seminano i ravanelli sopra il letame coperto di terra e poi di paglia oppure si seminano nei cassoni con letti caldi.

Il ravanello si mangia condito con olio sale e pepe ed è molto più usato del ramolaccio perchè più digeribile. Serve di guarnizione alle carni lessate.

ROCA o ROCOLA

(*Eruca sativa*).

Nomi stranieri — francese: *Roquette* — inglese: *Rocket* — tedesco: *Raukc* — fiammingo: *Krapkool* — olandese: *Rakette kruid* — spagnuolo: *Jaramango* — portoghese: *Pinchão.*

La roca si usa frammista alle altre insalate specialmente alle lattughe, ed è molto digeribile. La si semina dal marzo a tutto luglio e si coltiva nel modo stesso delle lattughe.

RUTA

(*Brassica eruca*).

Nomi stranieri — francese: *Rue* — tedesco: *Raute, weinrante* — olandese: *Wijnnit* — spagnuolo: *Ruda.*

La ruta è una specie di cavolo che si semina in primavera e le sue foglie si cucinano in insalata. Per mezzo di seminagioni successive si possono ottenere continuamente delle foglie tenere, molto apprezzate per il loro profumo particolare, il quale s'avvicina un poco a quello dell'arancio.

SALSE.

455. — Salsa di limoni.

Si prenderà il sugo di due limoni, due tuorli d'uovo, una cucchiaiata di zucchero pilé finissimo, e tutta questa roba si unirà a brodo di vitello, ben sgrassato, e la si porrà a fuoco lento curando che non accada l'ebollizione. Passate poi la sostanza per lo staccio sópra il lesso, il pollo, le costolette, od altre pietanze che richieggono salse, ed avrete così una salsa saporitissima.

456. — Composte all'aceto.

Si dà il nome di composte all'aceto ad una mescolanza di legumi verdi, erbe, bulbi, ecc., scottati e messi sotto aceto, a cui si aggiungono spezie ed erbe aromatiche. I prodotti vegetali più in uso sono: i citriuoli, il cui frutto bislungo deve essere appena sviluppato: i pomidoro, peperoni, cipolline bianche, crescione, gherigli di noci fresche giovani spighe di grano, foglie di cavoli, fondi di carciofi, bottoni di capperi, bottoni e fior di nasturzio, foglie di barbabietole, fiori di arancio, piselli e fagiuoli verdi, piccoli aranci e limoni verdi.

Il tutto condito con spicchi d'aglio, chiodi di garofani, cannella, granelli di rape, scorza di noce moscata, radici di zenzero, foglie di rosmarino, di alloro, ecc. A tutto

questo miscuglio così eterogeneo, a cui le spezie e le foglie aromatiche si proporzionano secondo i gusti, si aggiunge del sale ed aceto, il primo nella proporzione del 10 % o 10 in peso del secondo, e la soluzione si versa sino a coprire tutta la massa da conservare bene ordinata e disposta nei vasi da conserva.

457. — Cren o armoraccio in salsa piccante.

Si prenderà quel numero di radici di *cren* che si reputeranno necessarie e si puliranno bene, dopo di che si asciugheranno e grattugiate, si porranno nella salsiera stemperandole con aceto. Questa salsa può servire per lessi ed arrosti e si conserva lungamente.

458. — Salsa spagnuola.

Si mette in una casseruola a fuoco vivo, un litro di vino bianco, una cucchiaiata di gelatina, un poco di vitello e di prosciutto, due o tre carote, una cipollina tagliuzzata e chiovi di garofano a piacere. Si farà ridurre la parte liquida aggiungendovi del sugo perfetto, del timo, lauro, funghi, prezzemolo, cipolletta. Si fa bollire il tutto a fuoco lento per tre ore, ponendovi un poco di sale.

459. — Salsa tedesca.

Si ottiene come la spagnuola; differisce solo nell'unirvi un' po' di farina e nella chiarificazione della salsa, che deve farsi mediante brodo bianco.

460. — Salsa genovese.

La *salsa genovese* si ottiene con quattro quinti od un litro di eccellente vino di Bordeaux messo in una casseruola assieme ad una cipolletta, prezzemolo, aglio, lauro, timo e buccia di funghi, il tutto triturato per bene. Si farà ridurre questo composto ad un quarto, quindi vi si porrà un bicchiere di salsa spagnuola ed un poco di succo di pesce. Si mescolerà per bene tutta la massa riducendola e passandola poi per istamigna aggiungendo del burro

e del burro di acciughe. (Questo lo si compone con otto acciughe ben pulite e lavate, pestandole e passandole prima per stamigna, poscia ripestandole con burro).

461. — Salsa ginevrina.

La *salsa ginevrina* non è che un composto di citriuoli triti (4), capperi (25 grammi), uva secca di Corinto (25 gr.), un poco di pimento, noce moscata, pepe, prezzemolo, cipolline trite, un poco di zucchero, otto cucchiaiate di aceto aromatizzato ed un poco di gelatina. Tutte queste sostanze vanno inumidite con un quarto di bicchiere di salsa spagnuola ed un poco di brodo di vitello.

462. — Salsa olandese.

La *salsa olandese* si compone con un poco di pepe grosso,e di aceto aromatizzato nella salsa vellutata ridotta, e tenuta al caldo. Al momento di servirsene, vi si aggiungerà un poco di burro fresco e allora che il burro sarà fuso, vi si stempererà dentro un poco di verde di spinaci.

463. — Salsa indiana.

La *salsa indiana* si compone con buon burro, due goccie di pimento ed un poco di zafferano in polvere. Si porrà al fuoco finchè il burro principierà a friggere aggiungendovi allora due cucchiaiate di salsa tedesca. Si ridurrà il più possibile la sostanza, la si digrassserà, la si terrà al caldo e al momento di servirla vi si porrà un pochino di burro.

464. — Salsa italiana.

La *salsa italiana* è un composto di prezzemolo, cipolline e funghi triti per bene, due bicchieri di vino bianco, ed un etto di burro. Si farà bollire la massa e ridurre considerevolmente, aggiungendovi due bicchieri di salsa vellutata ed uno di *consommé*. Si tornerà a far bollire il tutto in casseruola a fuoco lento, e dopo aver schiumato, digrassato, ridotta la sostanza in ristretto, la si ritirerà dal fuoco.

465. — Salsa francese.

La *salsa francese* si compone con sei cipolline tagliuzzate sottilmente e fatte bollire nel burro (un etto). Si prenderà poi un bicchiere di salsa tedesca e la si verserà colla prima sostanza mischiando per bene e facendola ridurre aggiungendovi poi serpentaria trita e imbianchita, noce moscata, un pezzo di burro e della buona gelatina.

466. — Salsa bruna.

La *salsa bruna* si compone con un chilogrammo di carne di bue, uno di vitello, avanzi di pollame, se ve ne sono, due o tre carote, cipolle e una cucchiaiata di brodo. Si faranno cuocere dette sostanze a fuoco ardente per ridurle e ciò fatto si farà continuare lentamente la cottura perchè abbiano a prendere il color bruno. A questo punto vi si metterà del brodo, prezzemolo, cipolline, lauro, garofani e si avrà cura di schiumare e di lasciar cuocere il tutto per circa tre ore. Si passerà poi la sostanza allo staccio aggiungendovi un tuorlo d'uovo e facendo bollire di nuovo a fuoco mite per circa tre quarti d'ora. Si passerà poi la massa alla stamigna.

467. — Salsa piccante.

La *salsa piccante* si ottiene prendendo un etto circa di burro, pane grattugiato, due cipolline trite, pepe, sale ed una cucchiaiata d'olio d'oliva, il tutto posto in una casseruola. Si avrà cura di mescolare per bene prima e poi di aggiungere una cucchiaiata di brodo e due citriuoli triti. L'ebollizione dev'essere rapida.

468. — Salsa bianca.

La *salsa bianca* non è altro che un composto di burro e farina. Mezz'etto di burro fresco o più, a seconda del bisogno, ed un poco di farina messi in una casseruola e mescolati bene formano la sostanza che a fuoco dolce, con sale, pepe e aceto, compone la salsa bianca. Si avrà cura però di non lasciare bollire e di mescolare sempre.

469. — **Salsa bianca ai capperi.**

La *salsa bianca ai capperi* si effettua come la salsa bianca; diversifica solamente in quanto che al momento di servirla vi si aggiungono i capperi mescolando continuamente.

470. — **Salsa di senape.**

Una buona salsa che si adopera sovente in tutte le tavole è la così detta salsa di *senape.* Si prenderà un bicchiere di mostarda, mescolandovi assieme un poco di salsa verde, cipolline trite, otto cucchiaiate di olio d'oliva, aceto, sale e pepe grosso. Si mescolerà il tutto legandolo con due tuorli d'uovo.

471. — **Salsa alla giardiniera.**

La *salsa alla giardiniera* si ottiene col far cuocere varie specie di legumi ed erbaggi che si porranno in una casseruola assieme a della salsa spagnuola ridotta, a dello zucchero, gelatina e burro. Si mischierà il tutto per bene.

472. — **Salsa frèdda.**

La *salsa fredda* è un composto di burro, prezzemolo, salsa verde, due cipolline trite, sale, pepe e succo di limone. Si incorpora per bene tale composto e la salsa è fatta.

473. — **Salsa alla marinaia.**

Eccellente è pure la *salsa alla marinaia.* Si prenderà dapprima della salsa spagnuola con del brodo di pesce o del brodo di vitello, facendo bollire il tutto in ristretto. Si ritirerà poi dal fuoco e si digrasserà e schiumerà il composto e ridotto che sia, lo si passerà alla stamigna e si terminerà la cottura coll'aggiunta di un poco di burro.

474. — **Salsa Béchamel.**

Per ottenere la *Salsa Béchamel* si adopera della salsa vellutata nella proporzione di nove cucchiaiate per quat-

tro di *consommé*. Si farà cuocere a fuoco ardente e quindi si farà ridurre un litro e mezzo di crema alla sua metà, si mescolerà il tutto e si farà bollire a fuoco vivo per un'ora circa.

475. — Salsa Robert.

Una delle buone salse è quella chiamata *Robert*. Il processo è il seguente: si pongono in casseruola sei cipolline tritate con burro e si fanno bollire sino a che siano cotte, aggiungendovi poi una cucchiaiata di farina. Si mescola bene il tutto, vi si aggiunge del brodo e la salsa è fatta.

476. — Salsa di tartufi.

La *salsa di tartufi* è una delle prelibate. Si faranno a pezzetti quattro tartufi, facendoli rinvenire nel burro ed aggiungendovi poi un bicchiere e mezzo di salsa vellutata ed un poco di *consommé*. Si faccia cuocere il tutto per circa quindici minuti e si digrassi.

477. — Salsa al burro e al burro nero.

La salsa al burro si effettua adoperando diverse cucchiaiate di farina sciolta nell'acqua con sale, pepe e noce moscata che si pone a cuocere, in una casseruola, per quindici minuti mescolando per bene. Ritirata dal fuoco vi si aggiunge del burro a varie riprese, continuando a rimestare. Per ultimo vi aggiungono due o tre cucchiaiate di aceto, facendo passare la salsa per stamigna e tenendola al caldo per poterla servire.

La salsa al burro nero è composta con mezz'etto di burro indorato, infarinato e cotto in padella, al quale si aggiunge un poco di aceto. Lasciato cuocere alquanto, si verserà nella salsiera, si metterà un altro poco di aceto in padella, mescolandolo poi subito alla salsa appena sarà caldo.

478. — Salsa di erba brusca.

Si farà bollire per bene quest'erba, poi la si passerà pel setaccio mettendola in casseruola unitamente ad un

pezzo di burro fresco a proporzione. Si lascierà cuocere lentamente non trascurando però di mescolare la sostanza, unendovi in seguito un poco di buon brodo e sale e lasciando confinare al fuoco.

Anche quest'erba offre una salsa eccellente da servire tanto pel vitello in umido, come per altro piatto di speciale aggradimento.

479. — **Salsa alla genovese con pollo freddo.**

Si facciano stemperare in una casseruola e nell'olio d'oliva sei acciughe diliscate e peste e un pizzico di farina. Si mescolino a dovere, quindi si bagni il tutto con aceto prima che la farina abbia avuto tempo di rosolare, poichè la salsa deve rimaner bianca. La si lascierà bollire per un quarto d'ora e quindi vi si aggiungeranno due biscottini frantumati, un pezzo di cannella, sale e un poco di timo. Si passerà tutto il composto allo staccio e poi si verserà sul pollo già lessato e si servirà a freddo aggiungendovi capperi e code di gamberi.

480. — **Salsa al limone improvvisata.**

Prendasi il sugo di due limoni, una cucchiaiata d'olio d'oliva ed una di zucchero pilé finissimo; si stemperi il tutto per bene e la salsa è improvvisata. Qualora la si volesse fare cuocere, per averla calda, allora si deve far stemperare nell'olio un'alice a fuoco mite.

481. — **Salsa mayonnaise.**

Si sbatteranno per bene due tuorli d'uova, versandovi a goccie, e mescolando sempre, una cucchiaiata d'olio d'oliva fino. Al momento di servire la salsa, vi si unirà qualche stilla di sugo di limone, sale, pepe, oppure si può sostituire al limone dell'aceto, mescolando sempre affinchè non riesca nè troppo agra, nè troppo liquida. Avvertesi che le uova si devono aumentare in ragione della quantità di salsa che si vuole ottenere. Qualora questa non avesse a riuscire omogenea, cioè in giusta densità, è necessario rifarla in altro recipiente, oppure mettere il recipiente

della prima su ghiaccio pesto con sale, sbattendo ancora per ottenere la miscela. Molti adoperano un tuorlo d'uovo fresco e l'altro cotto duro, per avere in poco tempo densa la salsa. Questa, posta in un recipiente ben chiuso e in luogo fresco, si conserva qualche giorno.

482. — Salsa mayonnese piccante.

Si legheranno due tuorli d'uova con sugo di limone e sale aggiungendovi poi molto olio poco per volta ed agitando sempre. La salsa non tarderà a legarsi ed allora di tanto in tanto vi si porrà dell'aceto aromatico o aceto naturale. Questa salsa può servire per i pesci, per i volatili e per gli erbaggi lessati.

483. — Salsa spagnuola.

Si porrà in una casseruola un etto di burro e liquefatto che sia vi si aggiungeranno cinque cucchiaiate di farina, mescolando per bene, fino ad ottenere un colore chiaro-scuro. Se necessita versarvi brodo, si darà un colore più carico al rosso, che si lascierà prima alquanto raffreddare, poscia si rifarà il succo quasi bollente stemperando il rosso come si usa comunemente. La precauzione ora indicata, di lasciare cioè, alquanto raffreddare il rosso e di avere il succo quasi bollente non è indifferente, poichè con tale mezzo, la salsa riuscirà meglio stemperata e non farà grumi, il che avverrebbe di certo se si versasse immediatamente il sugo freddo sul rosso, tuttavia caldo. La salsa deve essere chiara bastantemente affinchè si possa togliere il grasso con facilità. Si collocherà la casseruola sull'angolo del fornello per circa un'ora quindi si leverà la schiuma e il grasso. Chiarificata per bene la si porrà sopra fuoco ardente per restringerla, e con cucchiaio di legno si rimesterà la salsa in modo che abbia a toccare il fondo della casseruola senza attaccarvisi o sorpassare gli orli del recipiente, continuando così fino a che sia giunta alla riduzione conveniente di salsa solida, ma non troppo densa. Dopo di che la si passerà per stamigna sino a che siasi freddata per metà,

ponendovi poi sopra qualche pezzetto di burro, per impedire così che si formi una pellicola sulla salsa una volta completamente raffreddata.

484. — **Salsa Soubise.**

Sbucciate e tagliuzzate tre grosse cipolle e ponetele in una casseruola con mezz'etto di burro, lasciandole cuocere lentamente per tre quarti d'ora circa. Colorite che siano le cipolle e ridotte allo stato tenero, vi si aggiungerà un poco di farina, mescolando e passandolo poi per lo staccio; si rimettono a fuoco coll'aggiunta di un quinto di brodo ed uno di crema, un po' di sale, pepe e noce moscata, rimescolando il tutto fino a che bolla. Si serve prontamente.

485. — **Salsa vellutata.**

Si prepareranno in una casseruola due etti di burro fresco e liquefatto che sia vi si aggiungeranno quattro o cinque cucchiaiate di farina, rimestandola bene sopra una fiamma lenta, ed anche una cipolletta affettata minutamente onde impedire che il miscuglio sopra indicato diventi bruno, poichè più è bianco più è bello. Vi si verserà poi sopra del brodo, aggiungendovi un mazzetto di erbe aromatiche, cioè: prezzemolo, timo e lauro legati con filo, una cipolletta ed un poco di noce moscata grati tugiata. Se si hanno ritagli di vitello o resti di volatile, si possono adoperare con vantaggio facendoli trasudare senza che si attacchino al recipiente, versandovi sopra il brodo ed aggiungendovi carote, cipolle e il mazzetto d'erbe. Approntata così la salsa vellutata con questo brodo assimilato al *consommé,* si lascierà cuocere per quindici minuti all'angolo del fornello, e in ultimo la si passerà allo staccio senza punto comprimerla, tenendo lo stesso processo della salsa spagnuola. Questa è eccellente per tutti quegli antipasti che diconsi in bianco.

486. — **Salsa per verdure.**

Mettasi a fuoco in una casseruola un poco di burro, dell'olio d'oliva, del vitello e del prosciutto, un paio di

chiovi di garofano e si bagni il tutto con buon brodo, in proporzione, lasciando cuocere per qualche minuto. Si passi tale sostanza allo staccio legandola poi con uno o due tuorli d'uova a seconda della quantità di salsa che si vuol fare. E eccellente se servita calda. Questa salsa può essere versata sugli spinaci, sui cardi, sui porri.

487. — **Salsa deliziosa.**

Un'altra eccellente salsa per verdure si può ottenere col seguente processo: Facciasi tostare in una casseruola un poco di burro, del prosciutto, poche cipolle e carote tagliuzzate finamente con del prezzemolo, uno spicchio di aglio schiacciato e qualche foglia di basilico e si bagnino tutte le sostanze con un bicchiere di vino estero come bordeaux, ecc., facendo confinare a fuoco forte. Si aggiungono poi una o due fettine di vitello, un peperone tolto dall'aceto e tritato e si torna a lasciar confinare questa salsa per un poco, indi sgrassata e passata per lo staccio si servirà sopra quelle verdure che più piacciono, ad esempio sulle barbe di becco, spinaci, cardi, ecc.

488. — **Salsa al latte.**

Un'altra salsa ottima per verdura è la seguente: Si ponga in una casseruola un pezzo di burro, due cipollette, una carota ed un pezzetto di cannella e si lasci confinare il tutto per alcun poco unendovi una piccola cucchiaiata di farina e circa un quinto di latte. Si farà bollire la massa per mezz'ora circa, mescolando sempre, poi si farà passare questa sostanza per lo staccio e si servirà sopra qualunque verdura.

In questa salsa si possono ben anche far confinare i maccheroni che devono servire per i pasticci caldi.

SALVIA

(*Salvia officinalis*)

Nomi stranieri — francese: *Sauge officinale* — tedesco: *Salbei* — inglese: *Sage* — fiammingo e olandese: *Salce* — spagnuolo: *Salvia* — portoghese: *Molho*.

La salvia si moltiplica per mezzo di seminagioni o facendo delle talee nei mesi di aprile e maggio in luoghi ombrosi ed umidi. Le sue foglie possiedono un aroma particolare e gradevole e perciò la si utilizza grandemente in moltissime vivande. La salvia cruda mescolata con cipolla in insalata eccita l'appetito, massime posta sopra le alici. Gli uccelli ed i pesci si devono rivestire di salvia. Polverizzata e stemperata con aceto, mista a zucchero in polvere ed aglio, offre una salsa gradevole. I ceci prendono sapore dalla salvia, e le frittelle fatte colla farina di castagne sono ottime se cotte colla salvia.

Con questa erba aromatica si può ottenere un ottimo marinato per il pesce unendola nella cottura di esso, ad aceto, olio, zafferano ed un poco di zucchero. La salvia, ad eccezione dei lessi s'addice a tutte le vivande.

La specie *sclarea* si deve adoperare per dare il sapore moscato agreste ai gelati e ad alcuni vini.

SAMBUCO

(*Sambucus nigra*).

I frutti di questa pianta, a bacche verdi in principio, poi nere a maturanza, si possono preparare con zucchero e droghe. I fiori si posssono far friggere somministrando essi un odore soavissimo, e sono chiamati anche *panigada*. Possono servire al cuciniere per aromatizzare leccornie, oppure per dare al vino un sapore di moscatello, particolarmente al vino bianco ed all'aceto.

SANTOREGGIA

(*Satureja hortensis*).

Nomi stranieri — francese: *Sarriette annuelle* — inglese: *Summer savory* — tedesco: *Bohnenkraut* — fiammingo e olandese: *Boonenkruid* — danese: *Sar* — spagnuolo: *Ajedrea comun* — portoghese: *Segurelha.*

La santoreggia si coltiva come la salvia. Dal mese di giugno si può cominciare a raccogliere le estremità del fusto e la pianta continua a ramificarsi poi e dà dei getti nuovi per più settimane.

La santoreggia, chiamata ben anche « Erba acciuga » cresce in tutti gli orti con somma facilità ed offre per la cucina un aroma veramente particolare. La si adopera appunto per il condimento delle lenticchie e delle fave, somministrando loro un aroma squisitissimo.

SCHIAREA

(*Salvia sclarea sauge*).

La schiarea è pianta dimenticata. La si adopera in cucina per dar profumo all'aceto. I confetturieri invece la adoperano per profumare gelati e confetti.

SCORZONERA

(*Scorzonera hyspanica*).

Nomi stranieri — francese: *Salsifis* — inglese: *Scorsonera* — tedesco: *Schwarzwurzel* — fiammingo e olandese: *Schorsencel* — danese: *Scorsenerrod* — spagnuolo: *Escorzonera* — portoghese: *Escorcioneira.*

La scorzonera si semina in marzo in terreno profondamente lavorato e ben concimato; nell'autunno si consumano i teneri getti e nell'inverno le radici. Per ottenere radici più sviluppate è necessario lasciarle nel terreno un altro anno, e cioè nel loro massimo sviluppo. Siccome le radici della scorzonera sono d'un colore nerastro, prima di adoperarle è necessario raschiarle ponendole man

mano nell'acqua fresca, affinchè non abbiano ad annerire. Si fanno in seguito bollire nell'acqua, per poi mangiarle in insalata oppure allestirle col burro come la Barba di becco bianca. Le qualità più apprezzate sono: la *bianca* e quella d'*Islanda* a radici colossali e squisitissima.

489. — Scorzonera fritta.

Si raschieranno e si faranno bollire dodici piante di scorzonera e cotte che siano si scoleranno, si aspergeranno con sale, pepe, zucchero e farina e si porranno in una padella, ove si saranno fatti liquefare e friggere due cucchiaiate di grasso d'arrosto. Si volteranno con cura nella padella affinchè abbiano ad assumere un bel colore bruno da tutte le parti e si serviranno con prosciutto cotto nel forno o bollito.

490. — Scorzonera in insalata.

Pulita e bollita la scorzonera in moltissima acqua, affinchè perda l'amaro, le si leverà il frutto centrale, e tagliatala a pezzi la si condirà con olio, aceto, sale, pepe e zucchero. Questa insalata si deve preparare due o tre ore prima del pranzo e al momento soltanto di metterla in tavola si lascierà sgocciolare tutto il liquido che sarà rimasto al fondo, aggiungendovi invece olio d'oliva finissimo. Mischiata bene si serve.

491. — Scorzonera alla crema.

Si raschia la scorzonera e si taglia a pezzetti, gettandola poi in acqua acidulata per imbianchirla.

Poi si mette a cuocere nell'acqua bollente con un po' di sale e una cucchiaiata d'aceto e si serve con salsa alla crema.

492. — Scorzonera al formaggio.

Si fa cuocere e sgocciolare la scorzonera, poi se ne stende uno strato su un piatto, cospargendolo di formaggio grattugiato, metà *gruyère* e metà parmigiano e d'uno strato

di salsa Béchamel. Sopra questa si dispone un altro strato di scorzonera, e poi ancora formaggio e salsa e quindi si mette il piatto (che dev'essere di porcellana) nel forno.

493. — **Scorzonera al burro.**

Si fa cuocere la scorzonera nell'acqua salata e acidulata, poi si sgocciola e si mette a macerare in una terrina con olio, sale, pepe, sugo di limone e una o due cipolle tritate. Dopo una mezz'ora, s'asciuga, si pone nella pasta da friggere e si fa cuocere.

494. — **Minestra di scorzonera.**

Dopo aver raschiato e lavato la scorzonera, la si mette in una casseruola con un etto di burro e si fa cuocere. Poi vi si aggiunge il brodo e una manciata di riso.

SEDANO

(*Apium graveolens*).

Nomi stranieri — francesi: *Céleri* — inglese: *Celery* — tedesco: *Sellerie* — fiammingo: *Selderij* — danese: *Selleri* — spagnuolo: *Apio* — portoghese: *Aipo*.

Il sedano si semina in marzo in terreno ben lavorato ed esposto e nell'aprile si trasporta a dimora in filari distanti venti centimetri fra loro. Sviluppato si avrà cura di riunire le foglie con un legaccio rincalzando le piante oltre la metà della loro altezza per imbianchirle. Otto giorni dopo, i sedani sono atti alla cucinazione, e si adoperano in tutti i modi, incominciando dallo stato verde fino alla semente.

Le varietà più utili per la tavola sono: *quello bianco pieno;* quello d'*America;* di *Edimburgo,* a *coste violette* ed il *bianco corto precoce,* il *pieno bianco* ed il *White Plume Pascal.* Quest'ultimo è di un sapore tanto delicato e così perfetto, da interessare qualunque buongustaio od amatore dei sedani crudi in insalata. È questa la varietà che devesi provvedere per antipasto tanto è tenera, bianca e saporitissima. Vi è poi quella d'*Edim-*

burgo, a coste rosse; quello *pieno* da tagliarsi; quello *pieno bianco* d'America, a coste larghissime, ed a *coste violette*. Anche il *bianco corto precoce* è buonissimo.

495. — Sedano fritto.

Si leveranno le foglie verdi a diverse piante di sedano e quindi si tagliuzzerà il gambo in diversi pezzi lunghi alcuni centimetri. Dopo averli puliti, si metteranno in acqua bollente per quindici minuti, quindi si asciugheranno con un pannolino. Si sbatterà un uovo al quale si aggiungerà una cucchiaiata di brodo o acqua calda, un poco di sale e di pepe ed entro si immergerà il sedano, ponendolo poi nel pane grattugiato e facendolo friggere nel burro o anche nel grasso.

496. — Sedano alla marsigliese.

Si prende una dozzina di piante di sedano e, tolte loro le foglie verdi, si puliscono e si fanno imbianchire nell'acqua salata.

Frattanto si avrà cura di preparare un composto di tettina cotta, grassa, un poco di cipolla, fegato di polli o di vitello o cervella e prezzemolo, sostanze tutte da triturarsi colla mezzaluna, coll'aggiunta in seguito di un uovo e formaggio trito. Con questo ripieno, divise le piante e tolto loro il germoglio di mezzo, si empiranno facendone tanti rotoli e affinchè sia più facile l'adattarvi attorno le foglie si legheranno con filo alla loro estremità. Poi, rosolato per bene il burro in una tortiera vi si collocherà il sedano infarinato dapprima, e gli si farà prendere il color d'oro all'ingiro volgendolo e rivolgendolo più volte affinchè termini la sua cottura. Vi si aggiungerà del brodo sgrassato o dell'ottimo sugo e ultimata la cottura si servirà nel brodo caldo.

497. — Sedani fritti alla milanese.

Si prenderanno dodici piante di sedano belle che si taglieranno tutte alla stessa lunghezza e si faranno imbianchire per circa mezz'ora con sale. Frattanto si preparerà

una salsa bianca-rosso aggiungendovi ottimo brodo ed in essa si verseranno i sedani. Si farà cuocere, sgocciolare e quindi si copriranno i sedani di pasta fatta con fior di farina e si porranno a friggere a fuoco vivo. Si servono caldi.

498. — Sedani lessati alla francese.

Lavati e tagliuzzati nel modo solito alcuni sedani, si faranno cuocere in acqua bollente salata per circa venti minuti, quindi si asciugheranno o si metteranno a scolare nello staccio. Si porrà intanto in una padella mezz'etto di burro con un pizzico di farina, e poi un poco di brodo buono rimestando sempre finchè bolle. Vi si aggiungerà anche un pizzico di sale, del pepe, un poco di succo di cipolla ed in ultimo sedano. Si coprirà la padella, si farà bollire il tutto a fuoco moderato per dieci minuti e si metterà in tavola ben caldo.

499. — Sedani in minestra.

Si facciano imbianchire sei gambe di sedano le più belle che si possano trovare e dopo il solito sgocciolamento si pongano a cuocere nel *consommé*, unitamente ad un dato numero di cipolle e carote che poi si ritireranno. Sgocciolati nuovamente i sedani, si tagliuzzeranno a quadretti versandoli poi col *consommé* bollente in una zuppiera in cui si saranno disposti i soliti crostini cotti al burro ed un poco di cerfoglio.

500. — Sedano al pomidoro.

Levate le parti verdi a sei sedani e puliti che siano i rispettivi gambi, si laveranno nell'acqua fredda, e si getteranno in una pentola d'acqua bollente con un poco di sale, lasciando continuare l'ebollizione per circa venti minuti. Asciugati e posti su di un piatto colle radici tutte volte da una parte, vi si verserà sopra mezzo litro di salsa di pomidoro, quindi si serviranno prontamente.

501. — Sedano rapa.

La semina, la coltura e la cucinazione di questo sedano, sono identiche a quelle delle varietà comuni. Differisce del solito sedano per la sua radice, che è rigonfia come la rapa. Non s'imbianca, ma si mangia la radice cruda in insalata oppure cotta in frittura. Il sedano rapa d'Erfurt, precocissimo, è fra i sedani la qualità superlativa.

502. — Sedani al sugo.

Si toglieranno a dei gambi di sedani, le prime foglie perchè più dure, quindi si taglieranno tutti di eguale lunghezza, spaccandoli in quattro e mettendoli a cuocere nell'acqua sino a che sieno teneri al tatto. Mentre si porranno a sgocciolare in uno staccio, si metterà in una casseruola mezz'etto di burro con un pizzico di farina e quando questa sarà rosolata, vi si uniranno i sedani, bagnandoli poi con brodo, sale e pepe grosso. Cotti che siano, si disporranno asciutti sopra un tondo e si legherà la salsa con sugo di stufato o simile.

503. — Sedani trippati.

Si prenderanno delle coste di sedano in quella quantità che si reputerà necessaria, e le più bianche e tenere si taglieranno a pezzi e si faranno scottare nell'acqua bollente; quindi si metteranno a friggere in una casseruola con una cipolla e burro, già antecedentemente cotti, avendo la preauzione di bagnarli con brodo. Prima di servirli in tavola vi si aggiungerà un'altro mezzo etto di burro, formaggio grattugiato ed un po' di cannella. Si possono anche, cotti nel soffritto, servire poi con salsa piccante oppure con un po' di limone.

504. — Sedani brasati.

Scegliere una dozzina di sedani, tagliarli appena a una lunghezza di 12 cm. lavarli in parecchie acque e imbianchirli nell'acqua bollente salata. Metterli poi in una cas-

seruola con un mazzolino d'erbe odorose, due o tre grosse cipolle, sale e brodo. Coprirli di fettoline di lardo e lasciarli brasare dolcemente fino a cottura perfetta.

505. — Sedani al sale.

È la maniera inglese e americana di mangiare il sedano. Dopo aver levato le coste esteriori e le foglie verdi, si divide il sedano in tutta la sua lunghezza e lo si pone in acqua per mezz'ora.

Al momento di servirlo si scuote.

Il soggiorno del sedano nell'acqua lo rende croccante e tenero. Si porta in tavola col formaggio, e si mangia semplicemente immerso nel sale.

506. — Sedano in insalata.

Si tagliano i sedani a striscie, si lavano e si sgocciolano, si pongono in un'insalatiera e si condiscono con olio, aceto, e sale.

507. — Sedano alla spagnuola.

Si fa brasare il sedano com'è detto nel paragrafo « Sedani brasati » poi si bagna con della salsa al madera e si serve sopra a del pane tagliato a rotelle e fritto nel burro.

508. — Sedano alla Béchamel.

Si fa brasare il sedano come abbiamo indicato più sopra, quindi si prepara una salsa col sugo lasciato dal sedano e un po' di crema e si serve facendo sì che la salsa copra interamente il sedano.

509. — Sedano alla Villeroy.

Allorchè il sedano è brasato appuntino, lo si fa sgocciolare sopra una salvietta e lo si lascia ben raffreddare. Poi lo si taglia in pezzi da sei a otto centimetri, che si dividono per la lunghezza, e si ricopre ogni fettolina di salsa Villeroy ben ridotta. Si mette poi il sedano in ghiac-

cio, e dopo averlo staccato con un coltello dal piatto sul quale era, lo si immerge nel pane grattugiato e lo si getta nel burro bollente. Allorchè ha preso un bel colore, lo si serve guernito di prezzemolo fritto.

510. — Salsa di sedani.

Prendete sei sedani, di cui adopererete la sola parte bianca, lavateli e tagliateli in pezzi da tre a quattro centimetri di lunghezza. Sgocciolati che siano, metteteli in una casseruola contenente un po' di brodo di pollo o di vitello e due cipolle intere, unitevi del sale e fate cuocere adagio fino a completa cottura; poi passate i sedani allo staccio, aggiungetevi due tuorli d'uovo e otterrete così un'eccellente salsa.

511. — Minestra di sedani.

Dopo aver ben lavato il sedano, lo si taglia a pezzi, e lo si pone in acqua acidulata per imbianchirlo bene. Dopo due o tre minuti d'ebollizione, lo si sgocciola, e lo si rimette in casseruola con due cipolle, una manciata di riso, un po' di sale e sufficiente brodo di vitello. Dopo un'ora di cottura si toglie dal fuoco il sedano, lo si pone in un mortaio col riso e le cipolle e lo si pesta, umettandolo di tanto in tanto col brodo in cui è cotto. Allorchè è ridotto in *purée*, lo si passa allo staccio, adoperando cucchiai di legno, vi si aggiunge del brodo fino a diluirlo bene e si rimette a fuoco.

512. — Flano di sedani.

Si prenderanno tre o quattro piante di sedani e dopo averle pulite e fatte cuocere in acqua, si spremeranno e si tritureranno per bene. Si faranno poi friggere venti grammi di burro con una cucchiaiata di farina e si farà incorporare il sedano in unione a circa mezzo litro di latte. Si condensi il tutto, poscia si tolga la casseruola dal fuoco e raffreddata che sia la sostanza vi si aggiungeranno sei tuorli d'uovo e drogheria, passandola, come al

solito, in uno stampo (bonetto) di piacevole forma e facendola cuocere lentamente nel modo stesso di tutti gli altri flani.

Si potrà servire questo flano coperto di zabaglione, oppure con salsa fatta alla panna.

SENAPE

(Sinapis).

Nomi stranieri — francese: *Moutarde blanche* — inglese: *White mustard* — tedesco: *Gelber senf* — fiammingo: *Witte mostaard* — olandese: *Gele mosterd* — spagnuolo: *Mostaga blanca.*

La senape s'impiega quale ortaggio quando è giovane, ed è una verdura precoce di primavera. Si semina tanto all'aria libera che sotto cassoni e si taglia appena sono ben verdi e ben sviluppate le prime due foglioline E una coltivazione per la quale s'impiegano da 6 a 8 giorni.

La senape nera (*sinapis nigra*) ha semi piccoli, ma è la più saporita e la più usata. Polverizzati tali semi servono a preparare coll'acqua, coll'aceto, collo zucchero, col brodo, col mosto, o misti con altre droghe, la famosa salsa di senape, detta anche *mostarda*, tanto in uso in tutte le tavole. I giovani germogli della senape si possono fare in insalata.

513. — Salsa di senape.

Si metterà mezz'etto di senape in un vaso di terra con un poco di sale e mezzo quinto di vino bianco, immergendovi poi un ferro rovente ehe servirà a sciogliere la senape nel vino. Si turerà per bene il vaso e lo si porrà nella credenza per servirsene al bisogno.

514. — Mostarda forte piccante.

Si prenda alquanta senape in polvere e la si faccia liquefare nel brodo od in acqua calda, formandone una specie di farinata che si servirà in salsiera; oppure con essa si condiranno le salse.

515. — **Spezie.**

Abbiamo detto più volte che nella composizione degli intingoli è necessario, affinchè abbiano ad essere saporiti, aggiungere le spezie. C'è il modo di preparare dette spezie ad uso di cucina e noi lo indichiamo. Prendete quindici grammi di chiovi di garofani, mezzo etto di noce moscata, quindici grammi di pepe bianco, mezz'etto di cannella della regina, sette grammi di foglie di lauro secche, quindici grammi di basilico, e quindici grammi di timo. Pestate per bene tutte queste sostanze poscia passatele allo staccio di seta e chiudete la parte polverizzata in una scatola ben chiusa affinchè le droghe non abbiano a perdere la loro fragranza. Queste sono le vere spezie che deve tenere in cucina la buona massaia e l'ottimo cuciniere, perchè danno agli intingoli un sapore gustosissimo.

SPIGO o LAVANDA

(*Lavandula spica*).

È una pianta perenne che si coltiva per seme e anche col dividerne i cespi alla primavera nel mese di marzo, od in autunno nel mese di settembre. È di sapore gratissimo e tramanda un profumo ottimo per la biancheria. Nella cucina non ha importanza, ma serve per fare un olio volatile e per l'eccellente acqua detta lavanda.

SPILANTO

(*Sphilanthus oleracea*).

È pianta da noi poco usata. Tuttavia le sue foglie raccolte tenere si possono frammischiare all'insalata, somministrando esse un gusto assai piccante e molto gradito.

SPINACIO

(*Spinacia oleracea*).

Nomi stranieri — francese: *Épinard* — inglese: *Spinach* — tedesco: *Spinat* — fiammingo e olandese: *Spinazie* — danese: *Spinat* — spagnuolo: *Espinaca* — portoghese: *Espinasse*.

Si semina da marzo a maggio per averlo dall'aprile al giugno, in terreno grasso e lavorato e tenuto sempre fresco con inaffiature. Si ripigliano le semine dall'agosto al settembre e si avranno così spinaci dal verno sino a primavera. Lo spinacio somministra un cibo sano e adatto alla pluralità dei gusti, sia che lo si cucini solo, sia colle carni. I cuochi scelgano sempre per la loro cucina gli spinaci a foglie grandi e grosse.

Le varietà migliori sono: il *comune;* quello a *foglie di lattuga;* il *mostruoso a foglie grandissime compatte* e il *pigro* a far semente.

Lo *spinacio chinese* offre colle sue foglie un piatto saporitissimo, e si cucina come tutti gli altri spinaci. Anche lo *spinacio della Nuova Zelanda* detto anche *Tetragonia* si cucina nel modo stesso.

Lo spinacio si può cucinare tanto asciutto che nell'acqua, e si può adoperare anche in minestra, in frittura e marinato. Le torte ed i *purée* di spinaci sono eccellenti. Si adoperano anche per maritare frittate e lumache.

516. — Spinaci al burro.

Si prenderà un chilo di spinaci, che si faranno imbianchire dapprima e poi si tritureranno. Si porranno in una casseruola con burro fresco (in proporzione alla quantità degli spinaci che si cucinano), aggiungendovi sale e pepe, farina (due o tre cucchiaiate) e mezzo quinto o un quinto di latte, sempre a seconda del bisogno, avendo cura di rimestare sempre. Questi spinaci si servono caldissimi con crostini.

517. — Spinaci per le dame.

Si preparerà mondato un chilo di spinaci, si leveranno loro le coste, si imbianchiranno nell'acqua bollente, che è quanto dire lasciarli cuocere per metà, si spremeranno e si triturerano finamente colla mezzaluna; quindi in una casseruola si farà liquefare un etto e mezzo di burro ed altrettanto di grassa tritata e vi si porranno gli spinaci unitamente a del cedrato, drogheria, sale e un poco di formaggio grattugiato. Manipolati per bene, vi si uniranno sei tuorli d'uova, stendendo questa pasta sopra un tondo e lasciandola raffreddare. La si taglierà a quadretti e ravvolta nel tuorlo d'uovo e nel pane grattugiato si farà cuocere nel burro cotto. Questi bocconcini prelibati si servono caldi.

518. — Spinaci alla napoletana.

Si prenda un chilo di spinaci e dopo averli puliti ed imbianchiti in acqua semplice, si tritino colla mezzaluna. Fatto prendere il color d'oro ad una cipolla tagliuzzata nel burro (un etto), vi si uniranno gli spinaci lasciandoli confinare per qualche poco, unendovi una cucchiaiata di farina, una certa quantità di latte, del sale e un po' di drogheria e lasciandoli cuocere a fuoco mite.

Cotti che sieno e al momento di servirli, vi si unirà un pezzetto di burro mischiandolo per bene. Si servono in tavola caldissimi.

519. — Spinaci alla veneziana.

Mondato che sia mezzo chilo di spinaci ed imbianchiti nell'acqua bollente, si spremeranno bene e si passeranno sotto la mezzaluna tritandoli più che sia possibile. Si faranno poi confinare con venticinque grammi di grasso ed altrettanto di burro, unendovi anche un po' di cedrato tagliuzzato finamente e legando il composto con due tuorli d'uova. Si stenderà poi sopra un tondo per lasciarlo raffreddare, quindi si taglierà a quadretti e, impanatolo colla cervella, si farà cuocere nel burro bollente. Si servirà caldo.

520. — **Spinaci all'olio.**

Si prenderà un chilo di spinaci che si faranno bollire, spremendoli poi ben bene. Si tagliuzzeranno in quarti distendendoli sopra un pannolino e spolverizzandoli con sale, pepe e noce moscata e vi si unirà pure dell'uva passa o sultana, e pinocchi. Frattanto si triturerà del prezzemolo assieme a tre acciughe pulite, e si getterà questo tritume in una casseruola entro la quale si sarà messo un bicchiere d'olio, facendo tostare la massa per poi aggiungervi gli spinaci, mescolandoli per bene e facendoli cuocere a fuoco lento.

Nel modo stesso, meno i pinocchi e l'uva, si possono cucinare le zucche dure e le patate.

521. — **Spinaci alla panna.**

Si farà cuocere nell'acqua un chilo di spinaci, quindi si spremeranno per bene, si triturerano colla mezzaluna e si passeranno allo staccio. Si porrà in una casseruola un etto di burro, un pizzico di farina che si lascierà cuocere per alcuni minuti, poi vi si aggiungeranno gli spinaci condendoli con sale e pepe. Si mescoleranno per cinque minuti, bagnandoli dopo con due bicchieri di panna eccellente, e assorbita che sia la panna dagli spinaci, vi s'incorporerà una noce di burro, e si verserà poi il composto sopra fette di pane fritto con burro.

Nello stesso modo si può preparare un'eccellente *purée* di piselli, di taccole (piselli mangiatutto), e di cornetti (fagiuolini verdi).

522. — **Spinaci al sugo.**

Si farà imbianchire un chilo di spinaci nell'acqua salata, quindi si taglieranno e si porranno al fuoco in una casseruola con sale, pepe e noce moscata. Si mescolerà la massa e vi si aggiungerà del burro fresco, mescolando di nuovo e versandovi poi due bicchieri di succo. Si ripeterà la mescolanza facendo ridurre a fuoco lento. Ben caldi gli spinaci, si serviranno con crostini.

523. — Scarpazza o Torta di spinaci.

Si farà cuocere un chilo di spinaci nel modo solito, e dopo una buona colatura, si spremeranno e si triture-ranno minutamente unendoli in casseruola a del burro fritto, drogheria e sale, fino a che abbiano asciugata tutta la parte liquida. Ciò fatto, si leverà la casseruola dal fuoco e vi si aggiungerà del pane grattugiato infuso nella panna o nel latte, due uova, buon formaggio con altra panna a proporzione, quindi si spalmerà una tortiera con burro fresco, spolverizzandola con pane grattugiato, ed entro vi si porrà la pasta surriferita che si avrà cura di far cuocere al forno od allesso aggiungendovi anche, se lo si crede, uva di Spagna, pinocchi, cedrato a pezzetti e mostaccino pesto. È questa la scarpazza tanto predi-letta dalle signore. Collo stesso processo si possono fare scarpazze coi cardi, colle coste, e con qualunque altra verdura.

524. — Bodino di spinaci con funghi.

Facciasi bollire in acqua salata una quantità di spi-naci ben puliti, dopo e pochi minuti di cottura, si faranno sgocciolare, spremendoli fortemente con le mani, pestan-doli poi nel mortaio per passarli in ultimo allo staccio di crine. Ciò fatto si porranno in una casseruola con un buon pezzo di burro e poche goccie di limone, si faranno sobbollire per poco tempo e si verseranno quindi in un piatto. Freddati che siano, vi si aggiungeranno due o tre tuorli d'uova bene frullati e si metterà quindi questa pa-sta di spinaci in una forma adatta, rotonda od ovale, con un vuoto nel mezzo e ben unta di burro. Si farà cuo-cere per un'ora a bagno-maria con fuoco moderato an-che sopra la forma, posto su di un apposito coperchio. Ritirata a tempo la forma dall'acqua bollente e lasciata alquanto freddare, si capovolgerà il bodino sul piatto, ed il rotondo o l'ovale si riempirà di funghi deliziosi pre-parati alla semplice come i prugnoli, ma fatti a piccoli pezzettini. E questo un piatto delicato, gustoso e di bel-l'aspetto.

525. — Frittelle di spinaci.

Si prenderà un chilo di spinaci lessati, si spremeranno e si trincieranno, ponendoli poi in una casseruola con un etto di burro, maggiorana trita, spezie, zucchero e raschiatura di limone. Si farà incorporare il tutto sul fuoco, aggiungendovi prima un bicchiere di latte, quindi due uova sbattute. Allorquando la massa si sarà assodata e raffreddata, si formeranno tante frittelle della forma che più piace, involgendole nella pasta apposita e facendole poi friggere.

526. — Zuppa di spinaci detta anche alla modenese.

Prendasi un chilo di spinaci e cotti che siano nel modo solito, si triturino e si gettino in una casseruola in cui siavi già un etto di burro liquefatto. Si porranno a fuoco rimestandoli per bene, e dopo averli salati a sufficienza, si ritireranno per unirvi due uova intere, un poco di formaggio trito, ed un pochettino di noce moscata. Questa *purée* si verserà nel brodo bollente, e toltala poi dal fuoco, la si coprirà con testo caldo affinchè le uova, coagulandosi, abbiano a solidificare la *purée* in una specie di crosta verde e molle. Si farà tostare il pane nel modo consueto e quindi vi si getterà sopra il composto servendo in tavola caldissimo.

527. — Basella bianca.

Questo ortaggio è conosciuto sotto il nome di spinacio del Malabar, e lo si semina nel mese di marzo entro cassoni, sovra un letto caldo. Le foglie della *basella* si posono allestire come gli spinaci, e forniscono un cibo sano e gradevole, specialmente nei paesi meridionali durante l'estate, là dove a cagione dei grandi calori, riescirebbe difficile avere altre verdure.

Oltre la basella bianca, coltivasi anche la rossa, possedendo essa la medesima proprietà e richiedendo la stessa coltivazione. Vi è pure un'altra basella a grandi foglie

introdotta dalla Cina, detta a foglie di lattuga, che è assai delicata e più produttiva delle prime.

527. — **Spinaci all'inglese.**

Si lavano le foglie di spinaci in parecchie acque, poi si fanno sgocciolare e quindi bollire nell'acqua salata finchè son cotte. Si tornano a sgocciolare, per estrarne ogni umidità e si mettono in una casseruola con un bel pezzo di burro, sale, pepe, e un po' di noce moscata grattugiata.

528. — **Spinaci al sugo.**

Dopo aver fatto cuocere gli spinaci nell'acqua salata, si tagliano e si mettono a cuocere a fuoco vivo, in una casseruola, con burro, sale e pepe.

Ci si aggiunge poi una cucchiaiata di farina e qualche cucchiaiata di sugo.

529. — **Spinaci alla crema.**

Si procede in tutto come nella ricetta precedente, soltanto che al sugo, si sostituisce la crema.

Si può anche aggiungere della salsa vellutata, ma allora non si mette nè farina, nè sugo, nè crema.

530. — **Ravioli di spinaci.**

Preparati gli spinaci com'è detto nella ricetta: « Spinaci al sugo » e levati dal fuoco, vi si aggiungono tre tuorli d'uovo e si lasciano raffreddare.

Poi si fa la pasta da ravioli con 250 grammi di farina, un pizzico di sale, 20 grammi di burro, due tuorli di uovo e dell'acqua, si lascia riposare la pasta per venti minuti, poi la si spiana. Si prendono allora gli spinaci e si pongono sulla pasta distribuiti con un cucchiaino a piccoli mucchi e a distanza uguale. Si umettano gli intervalli con un pennello immerso nell'uovo sbattuto, poi si ricopre tutto con uno sottile strato di pasta. Si tagliano i ravioli col ferretto apposito e si possono servire in brodo o al burro.

531. — Crostini di spinaci.

Preparati gli « Spinaci all'inglese » si rotolano nell'uovo e nel pane grattugiato, poi si pongono nello strutto bollente e si servono caldi.

532. — Spinaci colle uova.

Si preparano gli spinaci al sugo, alla crema o alla salsa vellutata; poi sulla superficie di essi si pongono delle uova ben strapazzate e si servono.

533. — Omelette di spinaci.

Cotti gli spinaci e passati allo staccio, si mettono in una casseruola con un po' di burro; poi a parte si sbattono delle uova con un po' di cerfoglio triturato, vi si aggiungono gli spinaci e si fa l'*omelette*.

534. — Tortellini di spinaci.

Preparati gli « Spinaci all'inglese » si aggiunge loro del buon parmigiano grattugiato, tre tuorli d'uovo e tre albumi sbattuti a neve. Cogli spinaci così preparati si formano delle pallottoline che si gettano nel burro bollente. Sono eccellenti.

TARTUFI.

Il tartufo è cibo aristocratico e figura quindi raramente nella cucina comune, mentre ha parte importante nella cucina scelta.

Esso è il complemento indispensabile dei *ragoûts*, dei piatti alla finanziera; con esso si fanno i ripieni ai polli, alla selvaggina; si guarniscono i pasticci e le galantine; esso si frammischia alle salse, alle uova; lo si mette in insalata, lo si fa in *purée*. Ma lo si mangi cotto o crudo, freddo o caldo, intero o a fette o grattugiato, la sua presenza sulla tavola è sempre accolta con soddisfazione dai

convitati, dei quali eccita, col suo aroma e il suo aspetto, l'appetito e la ghiottoneria.

Benchè i moralisti lo trovino troppo eccitante e stimolante, e i medici troppo indigesto, è un fatto innegabile che tutti i buongustai lo trovano sano, gustoso e saporito.

E difatti il più prezioso condimento di cui s'inorgoglisce, ed a ragione, la cucina moderna.

È superiore a tutti i legumi per il profumo incomparabile che comunica a tutte le vivande, colle quali è messo a contatto.

Il tartufo era conosciuto ed apprezzato dai Romani; ma poi traversò parecchi secoli obliato. La sua risurrezione è recente.

535. — Tartufi alla « serviette ».

I tartufi scelti, per essere serviti alla « serviette », devono essere grossi.

Si mettono in una terrina piena d'acqua e dopo averli sbarazzati della terra che li ricopre, si spazzolano con una spazzola dura.

Si fa un composto di carote, cipolle, timo, lauro e prezzemolo e si fa cuocere nel burro, aggiungendovi i tartufi coperti di madera, o di champagne, con sale e pepe. Si fanno cuocere dolcemente per 25 minuti, quindi si tolgono dalla casseruola con precauzione, si sgocciolano e si preparano su una salvietta. A parte si serve la salsa lasciata, con un po' di gelatina.

536. — Tartufi alla finanziera per guarnizione.

Lavare, spazzolare e pulire i tartufi, farli cuocere nel madera con un po' di sale, di timo e di lauro, quindi frammischiarvi della salsa spagnuola ben ridotta.

537. — Salsa Périgueux ai tartufi.

Tagliare tre o quattro tartufi e farli bollire nel madera, aggiungervi della salsa spagnuola e lasciar bollire dieci minuti, schiumando con cura.

538. — **Insalata di tartufi.**

Frammischiare dei tartufi tagliati ad eguale quantità di patate novelle e condire con sale, pepe, cerfoglio, olio e aceto.

539. — **Tartufi saltati all'italiana.**

Tagliate dei tartufi freschi e metteteli in una casseruola con sale, pepe, una cipolla tagliuzzata, un po' di prezzemolo e molto burro. Fateli saltare per otto o dieci minuti e inaffiate con sugo di limone.

540. — **Tartufi al formaggio dolce.**

Si metteranno in disparte due etti di tartufi ben mondati ed affettati col taglieretto. Si farà friggere da sè un etto di burro con una cucchiaiata o due di olio d'oliva, nel quale si porranno i tartufi assieme ad un etto di formaggio *battelmatt* tagliuzzato a fettine sottili. Dopo di che si mescolerà per bene il tutto, sopra fuoco discretamente vivo per dieci minuti circa, aggiungendovi sale e pepe a discrezione e servendo prontamente.

541. — **Torta all'italiana con tartufi.**

Si farà cuocere e glassare, in buon *consommé,* una zinna di vitello; raffreddata, la si pesterà con un poco di prosciutto fino, unitamente ad una noce di polpa di vitello spoglia dei nervi e del grasso, attenendosi per le regole alle seguenti proporzioni: tre ettogrammi di zinna in uno di prosciutto per sei etti di polpa di vitello. Si pesterà il tutto con un poco di sale, pepe, noce moscata, due tuorli d'uovo, una cucchiaiata di sugo e si passerà allo staccio, irrorandola con vino Madera e con un etto di tartufi neri tagliati a dadolini. Si spalmerà uno stampo liscio e lo si riempirà del composto, ponendolo a bagnomaria e servendolo dopo averlo fatto ricuocere al forno.

TOPINAMBUR

(*Helianthus tuberosus*).

Questa pianta vivacissima, detta anche *girasole tuberoso* (da non confondersi col girasole dei giardini), si raccoglie nel novembre tagliandone i fusti, e siccome i tuberi sopportano anche i più forti geli, così si estraggono dalla terra di mano in mano che ve ne è il bisogno. Era maggiormente coltivata prima dell'introduzione della patata, e ciò è male perchè essa può dare al coltivatore dei prodotti assai rilevanti e alla cucina pure un frutto domestico gustosissimo. I tuberi del *Topinambur* abbondano di fecola, si possono mangiar crudi, conditi con olio e sale ad uso dei ravanelli, ma più generalmente si mangiano cotti, ed il loro gusto si avvicina a quello dei carcioli. Il Topinambur può anche essere destinato alla distillazione dell'alcool e a somministrare una materia tessile atta a far cordoni molto forti.

542. — Topinambur alla crema.

Lavate e sbucciate i topinambur, dando loro la forma d'una pera. Fateli cuocere nel latte salato e allorchè son teneri al tatto, sgocciolateli e metteteli in un piatto, versando loro sopra della crema.

543. — Topinambur alla Polacca.

Date ai topinambur la forma d'un mezzo uovo e fateli cuocere nel latte salato, che bisogna far bollire prima di metterci i legumi, affinchè non quagli; sgocciolateli e poneteli in un piatto.

In una casseruola fate fondere 60 grammi di burro, nel quale friggerete una manciata di pane grattugiato. Quando il pane ha preso un bel colore dorato, versate il tutto sui topinambur.

544. — **Zuppa di topinambur alla Palestina.**

Mettete in una casseruola due dozzine di topinambur tagliati a pezzi, con due grosse cipolle tagliuzzate, 120 grammi di burro, sale, pepe e un po' di noce moscata grattugiata. Fate friggere mischiando con un cucchiaio e inaffiate con del brodo di pollo o di vitello. Lasciate cuocere, poi passate il tutto allo staccio; rimettete la *purée* sul fuoco, aggiungetevi un pezzo di burro e versatelo, diluito con brodo, sui crostini di pane.

VALERIANA

(*Valeriana olitaria*).

Si semina da agosto a ottobre in buon terreno e si possono utilizzare per coltivarla, gli spazi di altri ortaggi sotterrandone ben poco il seme. È un'insalata delicatissima, specialmente la qualità *a foglie tonde* ed *a cuore pieno*. Merita di essere coltivata su vasta scala perchè offre quasi tutto l'anno delle buone insalate.

ZUCCA

(*Cucurbita*).

Nomi stranieri — francese: *Courge* — tedesco: *Keirbis* — inglese: *Gourd* — fiammingo e olandese: *Pocupoen* — danese: *Groeskar* — spagnuolo: *Calabara* — portoghese: *Gabaaça*.

Le zucche richiedono un'esposizione molto calda ed una terra soffice, ben dissodata ed ingrassata con letame. Si seminano in aprile, e raccolte allo stato di perfetta maturanza si conservano lungamente nell'inverno, purchè collocate in un ambiente caldo. Le zucche sono piante economiche e rendono alla cucina, e quindi all'uomo, importanti servigi.

La *Zucca mastodontica*, rossa a tracce verdognole, raggiunge proporzioni colossali ed offre un frutto sapo-

ritissimo, ottimo per minestre, per flani, per esser condita, ecc.

La *Zucca grossissima* d'Etamps, la *gialla* grossa di Parigi, la *marina*, quella d'America, di *Spagna*, buonissima e colossale, la *grigia* di Boulogne, la *cocuzze* di Napoli sono varietà utili ed apprezzate nella cucina.

La *Zucca bianca* a cespo, produce piccole zucchette che si cucinano in istato verde.

Colla zucca si può preparare un gustoso e variato pranzo od almeno uno dei principali coefficenti. Si fa cuocere la zucca nel brodo, nell'acqua e nel burro, oppure anche nel latte, rilevandone il sapore con erbuccie, ova, spezie e zucchero.

Le polpe delle zucche ed i loro fiori si possono cucinare fritte, ripiene, condite, trifolate, in fricassee, in istufato ed anche in polpette.

Si fanno con esse torte, pasticci e perfino salami. Il sugo delle zucche fermentato può fornire ottimo aceto.

La zucca ha pure la sua parte importante nel *dessert*, poichè confettata con miele ed aromi dà un'ottima mostarda e squisite confetture. Il *dessert* si può anche abbellire con piccole zucchettine foggiate ad uso pera, pomi ed aranci. Coi semi di zucca si ottengono gustose vivande.

La zucca si può chiamare la regina della cucina e delle verdure.

545. — Zucca cotta al forno.

Si prenda una zucca e la si tagli in due e poi in quattro, levandole i semi, e lasciandole la corteccia. La si ponga in una tegghia colla corteccia in giù e la si faccia cuocere a fuoco lento al forno fino a che riuscirà tenera. Cotta che sia, si porrà la zucca sopra un piatto e la si bagnerà con burro liquefatto (mezz'etto) servendola poi in tavola caldissima.

546. — Zucche in frittura.

Si leverà dapprima la scorza ad una zucca gialla, quindi la si tagliuzzerà in diversi pezzi, grossi come un dito, che

si faranno cuocere lentamente nel latte, aggiungendovi un pizzico di sale. Allorchè la zucca avrà assorbito tutto il latte, si asciugheranno i pezzetti, si avvolgeranno nel tuorlo d'uovo sbattuto e quindi nel pane grattugiato, facendoli per ultimo friggere lestamente nel burro. Si serviranno in tavola caldissimi e spolverizzati collo zucchero.

Si faccia attenzione che i pezzetti di zucca non abbiano a disfarsi.

547. — Zucche marinate.

Si torrà alle zucche la pellicola verde, quindi si tagliuzzeranno in fili sottili, per tutta la lunghezza, salandoli in seguito ed aspergendoli con noce moscata.

Si adopereranno per questo piatto le zucche piccole. Ciò fatto e trascorsi trenta minuti circa, si spremeranno in un pannolino affinchè non vi rimanga acqua, quindi si involgeranno in una pastina fatta nel modo seguente: si porrà in una casseruola un etto di burro fresco e lo si farà sciogliere, aggiungendovi del fior di farina, latte, sale ed un poco di raschiatura di limone. Si ritirerà poi la pasta dal fuoco e vi si incorporeranno tre tuorli d'uova e tre albumi alla neve, facendo in modo che la pasta abbia a riescire liquida anzichè no. In essa si porranno i fili della zucca e si faranno poi friggere con burro o meglio ancora con olio d'oliva bollente.

Si serviranno in tavola caldissimi e spruzzati di zucchero.

548. — Zucca alla parmigiana.

Si pulirà e si tagliuzzerà a quadretti una zucca, facendola poi lessare con sale, indi scolandola. Si prenderà una casseruola, vi si porrà mezz'etto di burro, quindi la zucca con sale e spezie e si farà soffriggere rivolgendo i pezzetti della zucca stessa sotto e sopra per farli incorporare. Si porranno poi sopra un piatto e si condiranno con formaggio parmigiano e burro, rimettendoli al fornello con fuoco sotto e sopra, e preso che abbiano un bel colore si serviranno prontamente.

549. — **Zucche seccate per torte.**

Si prenderanno delle zucche e si faranno a fette sottilissime, quindi si spremeranno e si faranno seccare al sole o in un forno a fuoco moderato. Quando se ne deve usare — nell'inverno — si metteranno in acqua per una notte, facendole poi cuocere il giorno dopo nell'acqua stessa fino a che diventeranno tenere. Si adoperano poi nel modo stesso delle zucche fresche.

550. — **Zuppa di zucca.**

Si prenderà della zucca bianca, la si pulirà e la si tagliuzzerà formandone tanti piccoli dadi, che si metteranno in una casseruola con un etto di burro e si faranno soffriggere a fuoco mite finchè abbiano preso un bel colore d'oro. Si trincierà finamente una cipolla con prezzemolo, basilico, sedano, timo ed un poco d'aglio e si porrà il tutto nella zucca, mescolando bene ogni cosa ed aggiungendo due chiovi di garofani, acqua a sufficienza, burro od olio, oppure l'uno e l'altro uniti. Si lascierà bollire il tutto per lo spazio di un'ora, quindi lo si passerà sopra fette di pane arrostite, o fritte nel burro od anche nell'olio. Si serve caldissima.

551. — **Torta di zucca.**

Si prenderà una bella zucca e la si tagliuzzerà a pezzi, mettendola poi in una casseruola con pochissima acqua, tanta quanto basti per non lasciarla bruciare. Si coprirà la casseruola e si farà cuocere la zucca a fuoco mite per mezz'ora sino a che essa sia tenera e l'acqua evaporata completamente. Si passerà poi la zucca per lo staccio aggiungendovi, ancora calda, mezz'etto di burro. Freddata che sia la zucca, vi si aggiungerà sale a discrezione, mezzo litro di latte, un poco di macis in polvere, qualche chiovo di garofani e zenzero in polvere, due cucchiaiate di zucchero e quattro uove sbattute, mescolandoli alla massa e lasciandola poi riposare per mezz'ora. Frattanto si spal-

merà una tortiera con buona pasta ed entro vi si porrà la sostanza sopra indicata facendo cuocere a fuoco vivo sino a che si sarà rosolata bene. Il disopra della torta dev'essere chiuso da pasta. Se si desidera aggiungervi liquori si scelga il cognac. Questa torta è fatta con mezzo chilo soltanto di zucca. Per maggior quantità si devono aumentare in proporzione tutte le altre sostanze.

552. — **Poddingo di zucche alla crema.**

Si prenderà della zucca gialla, la così detta barucca, la si farà a fette facendola cuocere per bene. Vi si aggiungerà poi mezzo quinto di latte, sale a discrezione, e si faranno passare le dette sostanze allo staccio Il liquido ottenuto si porrà in una casseruola, unitamente a due cucchiaiate di zucchero, un tuorlo d'uove, quattro amaretti frantumati, oppure mezz'etto di mandorle dolci peste e tre albumi d'uova ben sbattuti. Si spalmerà uno stampo e vi si verserà la sostanza sopra indicata facendo cuocere a fuoco dolce sotto e sopra. Si porrà in tavola al disopra d'una crema, ottenuta con due tuorli d'uovo, un bicchiere di latte, raschiatura di limone e zucchero.

553. — **Bodino di zucche.**

Si farà cuocere una zucca con burro, drogheria e sale a proporzione, e passata poi allo staccio, vi si unirà della mollica di pane inzuppata nel latte o panna, cannella in polvere, diverse mandorle amare, mostaccini ed un poco di pane grattugiato. Allorquando si vedrà che il composto si è ottimamente condensato, lo si verserà nella forma preparata (rotonda o bislunga a piacere) e si farà cuocere con fuoco sotto e sopra sino a che sia perfettamente crostato. Lo si servirà caldo.

554. — **Zucca all'inglese.**

Tagliare la zucca a pezzi ovali, levarle la scorza e farla cuocere nell'acqua salata. Sgocciolata, la si pone su un piatto e la si inaffia con salsa di crema, alla quale si

aggiunge del sugo di limone e del prezzemolo triturato e imbianchito.

555. — **Zucca alla lionese.**

Tagliare la zucca a bastoncini, porli in una terrina con del sale e lasciarli macerare per venti minuti. Levarli poi e sgocciolarli. Metterli in una casseruola con un pezzo di burro, un po' di pepe, una cucchiaiata di zucchero, un mazzolino d'erbe odorose e un po' di brodo. Farli brasare; nel servirli ci si può versar sopra della salsa spagnuola.

556. — **Zucca fritta.**

Si prepara la zucca com'è detto nella ricetta precedente, ma dopo la macerazione, si rotolano i bastoncini nella farina e si gettano nello strutto bollente. Allorchè son cotti, si spolverizzano di sale e si drizzano sopra una salvietta, a piramide.

557. — **Zucca al forno.**

Divisa la zucca a pezzi, questi si pongono nell'acqua salata per tre o quattro minuti. Sgocciolati che siano, s'imburra una tortiera, ci si pone la zucca, si spolverizza di sale e pepe, e formaggio grattugiato e si mette a forno caldo.

558. — **Zucca alla polacca.**

Cotta la zucca nell'acqua bollente, si mette su un piatto e ci si versa sopra una salsa fatta di burro e di pane grattugiato.

ZUCCHETTE.

Si seminano anch'esse in aprile, come e nel modo stesso dei poponi. Fra le varietà che offrono interesse per la cucina vi è la *bianca liscia* eccellente e di facile consumo; quella del *collo torto* che è alquanto precoce; la

zuccherina del Brasile e delle *Missioni*. Quest'ultima è produttiva alquanto e gustosissima. La si deve preferire nelle preparazioni culinarie.

La *nana* di Milano è la migliore per squisitezza ed abbondanza di frutti. La zucchetta poi, chiamata *gioiello dell'orto*, dalla scorza giallo oro lucente, delicatissima e farinosa, viene preferita in tutte le cucine, perchè si può, per la sua piccolezza, consumarla allo stato fresco. La si deve scegliere acerba, perchè più tenera. Colle piccole zucchette lessate e cotte sotto la brace, o colle cime delle piante bollite nell'acqua si ammanisce dell'ottima insalata.

559. — Zucchette in agro dolce.

Si prenderà quella quantità di zucchette necessaria al numero dei commensali e si taglieranno in tanti dadi dopo averle lessate e pulite dalla loro scorza verde, raschiandola colla lama del coltello, quindi si metteranno a friggere con un etto di burro e un pochino di farina. Consumandosi l'umidità si avrà cura di aggiungervi dell'acqua, e alla fine della cottura un poco d'aceto, spolverizzandole con zucchero. Si servono calde, ed è un piatto squisitissimo.

560. — Zucchette ripiene.

Si prenderanno delle zucchette e si faranno bollire per quindici minuti in acqua salata, indi si vuoteranno internamente.

Si faccia poi il seguente ripieno: prendasi una mollica di pane inzuppata nel latte e la si sprema; aggiungansi due tuorli d'uova sode, sessanta grammi di formaggio grattugiato, cinque mandorle alle quali avrete tolta la pelle mediante acqua calda, due chiovi di garofano, due tuorli d'uova sbattute, sale e spezie; si triti e si miscoli bene il tutto e se ne metta un po' per ogni zucchetta. Facciasi quindi rinvenire nel burro, aggiungendo succo o salsa bionda, sulla qua'e servirete le zucchette.

561. — **Zucchette ripiene al mascarpone.**

Si leverà dapprima la scorza a sei zucchette e quindi si divideranno per il lungo in due metà facendole bollire in acqua salata per circa quindici minuti. Si toglierà loro poi la sostanza più molle con un cucchiaio e spremutala bene la si triterà colla mezzaluna. In una casseruola si farà friggere intanto mezz'etto di burro con una piccola cipolla, tagliata in croce e gettata via la cipolla, vi si metterà la polpa delle zucchette, e un poco di farina, bagnandola con panna o latte. Si farà bollire il tutto per circa trenta minuti poi togliendo dal fuoco la casseruola vi si incorporerà la metà di un *mascarpone* (ricotta), un pizzico di cannella ed uno di sale, quattro mandorle amare peste, due biscottini spolverizzati, tre tuorli d'uova, e poi, più tardi, anche tre albumi sbattuti a neve. Si mettono le zucchette in una tegghia imburrata, si riempiono col composto suddetto e si fanno cuocere al forno.

562. — **Zucchette ripiene alla milanese.**

Raschiate le zucchette, si fenderanno in due per il lungo, facendole poscia perbollire in acqua pura con sale ma solo però a mezza cottura. Per fare il ripieno si prenderà il midollo delle zucchette, un poco d'aglio e cipollette e del prezzemolo tritati assieme minutamente. Ciò fatto, si metterà a friggere del burro con cipollette trite fino a che abbia preso il color d'oro e ottenuto questo vi si unirà il composto ponendo il tutto a cuocere, mescolando continuamente e aggiungendovi formaggio grattugiato, un uovo, panna, mostaccino, drogheria e sale. Con questa sostanza perfettamente impastata si empieranno le zucchette facendole cuocere in seguito al testo ed al forno.

563. — **Zucchette con salsa di tartufi.**

Lessate le zucchette a metà cottura, si porranno in una casseruola con salsa di tartufi, facendole incorporare per bene e si serviranno in tavola con simmetria.

Nello stesso modo si fanno le zucchette cotte al fornello. Dopo averle lavate, pulite, fatte cuocere a metà e scolate, si passeranno per lo staccio, e si porrà, il composto ottenuto, in una casseruola, con un poco di sale, un etto di burro, del buon formaggio, cannella in polvere ed un poco di frutta candita. Si farà cuocere il composto aggiungendovi sei uova sbattute, e quando tutto si è bene incorporato e ristretto si porrà su un piatto unto di burro; dopo si sbatteranno a parte due uova, e con esse si indorerà l'intingolo e si polverizzerà con pane grattuggiato, zucchero e cannella. Si porrà sul fornello con fuoco sopra, e una volta formata la crosta si servirà in tavola prontamente.

564. — Zucchette alla salsa bianca.

Si acquisteranno le zucchette necessarie per il numero dei commensali e dopo di averle pulite, si faranno perbollire per metà nell'acqua salata facendo loro dei tagli in traverso che non abbiano però ad arrivare o a sorpassare poco più la metà delle zucchette stesse, in modo che non abbiano a rompersi al termine della cottura.

Cotte per tal modo si lascieranno colare sopra un panno, e frattanto si farà dileguare del burro (mezz'etto) in una tortiera in unione ad un poco di farina, alla quale si farà prendere un bel colore d'oro; in seguito vi si collocheranno le zucchette, avendo la precauzione di farle rimanere col taglio in alto, salandole ancora un poco e spruzzandole di drogheria. Cotte che siano da una parte si capovolgeranno con diligenza dall'altra ripetendo la stessa aggiunta di sale e di spezie, e terminata che sia la cottura, vi si unirà un poco di brodo o sugo e si porranno delicatamente sul piatto, affinchè rimangano sempre intiere versandovi poi sopra il brodo che trovasi nella tortiera e servendole caldissime.

Se poi, invece del brodo si desiderasse versarvi sopra della salsa bianca, le zucchette acquisterebbero pregio maggiore.

565. — **Zucchette al forno.**

Si tagliano a fette le zucchette, levando loro la scorza e la parte spugnosa e si gettano nell'acqua bollente. Sgocciolate si pongono in una tortiera, si spolverizzano di sale, pepe e di formaggio e si portano al forno. Si servono con salsa bianca.

566. — **Pasticcio di zucchette all'americana.**

Si prende la polpa delle zucchette, si taglia finamente, ponendola in una tortiera con dello zucchero, del limone a pezzetti e mezzo bicchier d'acqua e si pone a cuocere nel forno.

567. — **Poddingo di zucchette.**

Si fa cuocere la polpa delle zucchette in una casseruola con zucchero e vaniglia, si passa allo staccio e si diluisce il *purée* con del latte bollito, aggiungendovi tre uova intere. Si mette il tutto in una tortiera imburrata e si pone nel forno poco caldo.

568. — **Zuppa di zucchette.**

Cotta la polpa delle zucchette nell'acqua bollente, poi messa in una casseruola con sessanta grammi di burro, sale e un pizzico di zucchero, la si diluisce con molto latte e si serve coi crostini.

569. — **Crema di zucchette.**

Si procede come nella ricetta « zuppa di zucchette » ma il latte aggiunto dev'essere in minor quantità; di più, s'aggiunge un bicchiere di crema e un pezzo di burro.

ZUPPE.

570. — **Zuppa all'americana** detta anche **Pot-au-feu.**

Si prenderanno due carote e si porranno in una casseruola assieme ad un chilo o due di manzo, coprendo

questo e quelle con acqua bollente e facendo cuocere per due ore, avendo cura di levare naturalmente la schiuma allora che principia a bollire. Dopo vi si metterà uno spicchio d'aglio tagliuzzato, una cipolla, una foglia di lauro, due sedani anch'essi tagliuzzati a pezzetti e si farà bollire ancora un poco aggiungendovi, se piace, mezz'etto di vermicelli. Cotti questi (in pochi minuti) si condirà con sale e pepe, mettendo poi la carne nel mezzo di un piatto e versandovi intorno i legumi. Si serve in tavola caldissima.

571. — Zuppa alla borghese.

Si porrà in una casseruola mezzo chilo di grossi piselli con un etto di lardo bianco, tagliato a piccoli dadi. Si lascierà friggere il tutto per dieci minuti a fuoco vivo, quindi vi si aggiungeranno tre litri di brodo con una cipolla intera, un poco brucicchiata sulle brace. Facciasi bollire il tutto fino a che i piselli sieno teneri, e, tolti dal brodo, si spremeranno attraverso una stamigna nel brodo stesso in cui furono cotti. In altra casseruola si preparerà un quinto di panna o latte e poco sale, mettendolo a fuoco con mezz'etto di burro e, quando il latte o la panna bolle, vi si getterà a poco a poco un etto di farina bianca, mescolando fortemente, tanto da formare una pasta un poco densa, che, lasciata freddare, si allungherà incorporandovi due uova intere. Allorchè sarà giunto il momento di servire la zuppa, si toglierà dal brodo la cipolla, e rimettendo a bollire la zuppa, vi si colerà dentro la pasta attraverso il mestolo forato, oppure per mezzo di una schiumarola, premendo su di essa un cucchiaio di legno. Dieci minuti dopo la si servirà caldissima.

572. — Zuppa alla moschettiera.

Si metterà in una pentola un chilo di manzo, mezzo litro di piselli ed un litro d'acqua e si farà cuocere il tutto a fuoco lento per circa due ore. Dopo di che si leverà la carne e la si metterà in una casseruola spruz-

zandola bene di sale e pepe e facendola rosolare a fuoco piuttosto vivo. Pronta che sia, la si metterà sopra un piatto versandovi intorno il composto che si troverà nella pentola.

573. — Zuppa alla giardiniera.

Si taglieranno in tanti fili tre carote, tre rape, due piante di sedano e si getteranno a bollire per poco in molt'acqua. Frattanto si farà rosolare nell'olio una cipolla spaccata in quattro, quindi, gettata via la cipolla, si uniranno all'olio le verdure sopra indicate ben spremute. Fritte che sieno, si bagneranno con sugo d'olio, e si lascieranno cuocere lentamente, salandole qualora vi si trovi la convenienza e si servirà in tavola con fette di pane tostate al burro e caldissima.

574. — Zuppa di purée di legumi.

Si porranno in una pentola due patate tagliate a pezzetti assieme a due cucchiaiate di riso, una carota raschiata ed affettata, ed un litro d'acqua. Poi vi si aggiungerà una cipolla fritta in mezzo etto di burro e ben colorata e si farà cuocere il tutto per un'ora, cioè finchè i legumi saranno diventati teneri. Cotti, si passeranno per lo staccio e si rimetteranno poi nella pentola. Si farà rammollire mezz'etto di fecola di mais con un poco di latte freddo e vi si unirà la *purée* e anche due quinti di latte. Si mescolerà il composto finchè bolle, si condirà con sale e pepe e si servirà in tavola coi soliti pezzetti di pane tostati.

DIVERSI.

575. — Erbe fini piccionate.

Si metterà in una casseruola un etto di burro assieme ad una manciata di farina, sale, pepe pesto, funghi, cipollette, prezzemolo, pomidoro, mezzo spicco d'aglio, il tutto tagliato ben fino, mezza foglia di lauro, timo e basilico in polvere assieme a uno o due piccioni, fatti dap-

prima scottare, e tagliati sopra la schiena per appianarli alquanto. Si lascierà cuocere il tutto per mezz'ora, aggiungendovi poscia mezzo bicchiere di vino bianco ed altrettanto brodo. Si leverà il grassume e si servirà.

576. — Erbe legate con riso.

Si farà cuocere il riso in brodo d'erbe colorate, facendo sì che il brodo sia piuttosto denso. Quindi si farà sciogliere con brodo freddo un po' di fecola di patate e la si getterà nel riso bollente, facendola cuocere dieci minuti, quindi scodellata, e poste sopra il riso le erbe legate si verserà in zuppiera e si servirà caldissimo.

577. — Erbe vitellate.

Si prenderà del prezzemolo, due cipolline e quattro o cinque funghi e si triturerà il tutto finamente facendolo passare al burro ed aggiungendovi un poco di sale, pepe e noce moscata. Si prenderà un pezzo di vitello (a piacere) e lo si porrà nella casseruola ove già venne sciolto il composto suindicato, facendolo cuocere a fuoco lento. Si digrasserà, aggiungendovi per ultimo due cucchiaiate di salsa a piacere.

578. — Flano di verdure diverse.

Il flano si può fare benissimo con erbette di diversa specie, bollite nel modo solito in acqua. Bollite che siano le erbe, si spremeranno e si tagliuzzeranno finamente colla mezzaluna, ponendole in casseruola con ottimo sugo o buon brodo a terminare la cottura (un chilo di verdura basta). Allora che le verdure saranno cotte completamente, vi si unirà della panna o latte, mescolando bene col mestolo e lasciando poi raffreddare la sostanza. Vi si aggiungeranno quindi quattro tuorli d'uova, del buon formaggio grattugiato (venticinque grammi), drogheria e l'albume d'uovo sbattuto alla neve, e si porrà il composto in uno stampo unto di burro e impanato perfettamente, facendo cuocere con fuoco mitissimo sotto e sopra.

579. — **Frittata d'erbaggi.**

Si possono comporre le frittate con ogni specie di erbaggi cuocendole o con burro, o con lardo, o con strutto. Liquefatta quindi che sia in una padella la sostanza che si vuol adoperare per friggere, si metterà in essa l'erba qualunque, che vuolsi far cuocere e unendovi le uova sbattute si formerà la frittata. I composti di frittata, come tartufi, funghi, prugnoli, ostriche, telline, ecc., si fanno prima cuocere in salsa a piacere e poi si uniscono alle uova, si pongono in padella e si fa la frittata. La frittata si può fare anche in altra maniera e cioè quando sotto è ben rappresa, vi si mette sopra il composto cotto a parte e poi si piega a mezzo la frittata; oppure si fa un'altra frittata anche questa cotta da una parte sola e la si volta sull'altra in modo che l'intingolo resti framezzo. Queste frittate si possono servire con una salsa a piacere, anche con quella di *framboise*.

580. — **Fritto di verdura.**

Si ponga nella casseruola la verdura che si ha disponibile, aggiungendovi una cipollina tagliuzzata e mezzo etto di burro e si mescoli il tutto per bene fino a che la verdura abbia potuto prendere il sapore degli ingredienti aggiunti. Dopo la si levi dalla casseruola e la si triti finamente colla mezzaluna, aggiungendovi un uovo, venticinque grammi di formaggio grattugiato ed un pizzico di droghe. Fatta così una specie di pasta, formate con questa delle piccole pallottole, che s'infarineranno, o si copriranno d'uovo e pane, facendole poscia friggere a fuoco piuttosto vivo.

Questo fritto si serve caldissimo con prezzemolo arrostito.

581. — **Gnocchi d'erbe.**

Si prenda una buona quantità di erbe, si lavino, poi si facciano bollire nell'acqua. Cotte che sieno si getteranno in altra acqua fresca e quindi si spremeranno e si trin-

cieranno finamente, ponendole poi in un tegame assieme a quattro uova fresche, un etto di formaggio trito, un etto di ricotta o latte coagulato, un poco di noce moscata grattugiata e sale. La pasta deve riuscire come quella dei ripieni. Fatto questo, si spargerà sopra una tavola ben pulita della farina bianca ed a piccole proporzioni vi si porrà il suddetto composto, rigirandolo in modo da formare un bastone della grossezza di un dito. Si taglierà questo bastone a pezzetti, i quali poi vanno infarinati e arrotondati come i soliti gnocchi; ultimata questa operazione, si getteranno questi gnocchi in una pentola di brodo bollente poco alla volta, e quando ritorneranno a galla, si leveranno prontamente colla schiumarola. Scolati per bene si condiranno suolo per suolo con burro o sugo colorato, formaggio, cannella in polvere ed un pochino di noce moscata. Bisogna aver cura di farli cuocere sempre a fuoco vivo.

582. — **Lessi d'erbe.**

Cavoli d'ogni specie, cicorie, ossia radicchio romano, barbabietole tenere con radica o foglie, talli di rape tenerine con le loro foglie, fagiuolini, zucchette, spinaci, e carciofi, asparagi, carote, cardoni, radiche di Genova, pastinache, ogni specie d'insalata, tutti infine questi erbaggi sono soggetti a diversi gradi di cottura, per ben conoscere la quale si suole comprimerli colle dita. Vi sono alcuni erbaggi che hanno bisogno di essere gettati in acqua fresca dopo cotti, poi spremuti bene ed anche trinciati, come le radici, i talli, gli spinaci, le bietole. Gli erbaggi che non hanno d'uopo di essere gettati nell'acqua fresca e poi molto scolati sono i cardoni, i sedani ed i carciofi. Quelli che davono essere un poco spremuti a cespo per cespo sono i cavoli e l'insalate. Per le carote e le radicchie di Genova, bisogna toglier loro l'anima. I fagiuolini, le zucchette e gli asparagi non hanno altro bisogno che di essere bene scolati. Conditi con olio, sale, pepe e succo di limone sono buonissimi, oppure coll'aceto, secondo i gusti. Questi erbaggi si possono pur condire con burro o strutto e spruz-

zare con parmigiano trito e sale. Sotto i cavoli stanno molto bene i crostini di pane arrostiti, fregati con aglio ed inzuppati appena nell'acqua, ove gli stessi cavoli sono stati cotti.

583. — **Lesso di legumi secchi.**

I fagiuoli bianchi e coll'occhio, i piselli, le lenti ed i ceci, sono i soli legumi che si possono mangiar lessati. Hanno però bisogno di molta cottura, particolarmente i ceci, per il sicuro buon esito dei quali, dopo averli posti in acqua per ventiquattro ore, si mettono ad acqua bollente assieme ad un poco di cenere involta in pannolino legato, oppure ad una goccia d'olio di tartaro, affatto innocuo alla salute. Dopo cotta qualunque civaia, si scola e si serve in un piatto con olio, pepe, sale e sugo di limone, ad eccezione dei fagiuoli dell'occhio che si condiscono con aceto in luogo del limone. I legumi si possono anche servire con crostini fini di pane arrostito, fregati d'aglio o cipolla allorchè sono caldi; questi crostini si mettono sul piatto, versando loro sopra le civaie cotte o condite.

584. — **Malfatti.**

È questo un piattino delicato e preferito dal sesso gentile, e... siamo franchi, anche dal sesso forte. Lo si compone colla verdura nel modo seguente: lessati, spremuti e fatti in seguito cuocere in ristretto, spinaci, erbette e cardoni, si triteranno ben bene, quindi si prenderà della panna o latte fresco, sale, due uova e venticinque grammi di formaggio grattugiato, e si impasterà il tutto colla verdura. Con questo ripieno si faranno poi dei piccoli rotoli, che si avrà cura di infarinare e far cuocere in acqua salata bollente. Cotti e tolte dall'acqua si accomoderanno in bella simmetria su un piatto spruzzandoli di formaggio eccellente e versandovi sopra, al momento di servirli in tavola, del burro fritto.

585. — **Minestra d'erbe.**

Si taglino a dadi, il rosso di una carota, due navoni e due radici di sedano, facendoli dorare in un poco di burro su

fuoco dolce. Si sgocciolerà e si riporrà detta verdura nel *consommé* aggiungendovi due porri il cui bianco si sarà dapprima tagliato in quadretti, un poco di cerfoglio, acetosa, lattuga e un po' di zucchero. Questo composto si verserà sui crostini, si avrà avuto cura di far friggere.

Il *consommé* non è altro che un brodo ristretto e concentrato a fuoco moderato. Quantunque ciò sia a cognizione della nostra massaia e di tutti i cucinieri, tuttavia lo ricordiamo per meglio completare la serie dei nostri articoli. Un buon *consommé* si ottiene ponendo in pentola un pollo, un volatile qualunque, mezzo garretto di vitello, ecc., e facendo cuocere a fuoco lento, dapprima con il coperchio chiuso, poscia schiumando e lasciando bollire finchè il brodo sia ben ridotto. L'aggiunta poi di ottime verdure favorisce sempre più il sapore del *consommé*.

586. — **Sortù di riso ed erbe.**

Si faranno cuocere in una casseruola dei piselli, delle fave, o delle zucchettine, con burro, erbe odorose e cipolla, e allorquando sono cotti vi si aggiungerà dell'altro burro e del sugo; quando questo bolle, vi si metterà il riso e a poco alla volta del brodo fino a che sia giunto ad una perfetta cottura senza conservare il liquido. Si condisce il riso con nuovo sugo, formaggio trito, cannella polverizzata, versando poi il tutto nella zuppiera e servendo prontamente.